المجلة رقم 1 لفن الطعام

fatafeat



وصفات مضمونة النجاح

أسرار الخلطات السرّية

يخنات سهلة وسريعة ص 30

80 وصفة

ما فيش أحلى من المطبخ!

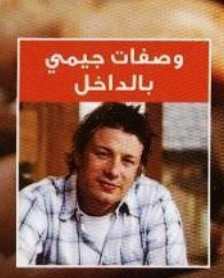
كريب حلو ومالح

أطباق دافئة من الخضار المثلج

فول، فول، وصفات الفول الأخضر

إبتكارات الرافيولي

بسكويت للكبار والصغار



وصفات جيمي بالداخل

May 2011 IMPZ



9 789948 153580 >

الإمارات: ٢٥ درهم - السعودية: ٢٥ ريال - الكويت: ٢ دينار - البحرين: ٢,٥ دينار - عمان: ٢,٦ ريال - قطر: ٢٥ ريال
مصر: ٣٥ جنيه - لبنان: ١٠,٠٠٠ ليرة - الأردن: ٤,٥ دينار - سوريا: ٣٥٠ ليرة - تونس: ١٠ دينار - international: $ 7, € 5

قائمة طعام مايو

13

بسكويت
للكبار والصغار

أشهى وصفات البسكويت الذي يمكن أن يحضر بكميات كبيرة ويخزن للتناول مع القهوة، الشاي أو عندما نشعر بالجوع أمام شاشة التلفزيون

93

خضار مثلجة لأطباق دافئة

أفضل طرق لاستخدام الخضار المثلجة في وصفات شهيّة ولذيذة يقدمها لنا الشيف دينو!



78

إبتكارات الرافيولي

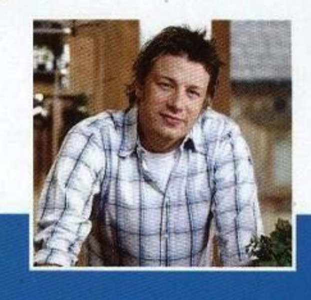
اعتدنا وصفة أو وصفتين لصنع الرافيولي، أما الآن مع الشيف راندي، سنتعلم العديد والعديد من الطرق لصنع الرافيولي الرائعة.

47

فول، فول وكلّه بالفول

اليابس، الأخضر، المسلوق، المقلّى، أو المدمّس، ما من شيء يضاهي أطباق الفول.





40

مداخلة من جيمي أوليفر في هذا العدد كالمعتاد والمزيد من إبتكاراته الى مطبخكم!

63

حلو ومالح يا كريب

لا تظنوا أنه على الكريب أن تكون حلوة فقط، فالشيف نرمين تعلمنا بجدارة كيف يمكن للكريب أن تكون متعددة النكهات والطعمات.



طريقة إعداد الآيس كريم والآيس كريم المقلي

109

يخنات لكل الأذواق

27

يخنات شهية بطرق سهلة وسريعة يقدمها لنا الشيف أندرو لتنعم بطهي الوجبات التي تنال إعجاب العائلة كاملة.

الأبواب

10 كلمة الناشر

6 قائمة الوصفات: الطريقة السهلة للتعرف على صفحة الوصفة المختارة بالصور.

الخلطات السريّة

هنا تجدون إثنين من أسرار الخلطات السريّة للوجبات السريعة، ولكن لا تخبروا أحداً، ولنبقي السرّ بيننا.

75

قائمة الوصفات المصورة



قائمة الوصفات المصورة



قائمة الوصفات المصورة

الأطباق الرئيسية


الرافيولي المحمر مع صلصة المارينارا — 89


الرافيولي المخبوز مع الجبن — 80


رافيولي الأرضي شوكي — 81


الملوخية بالدجاج — 96


الدجاج المشوح مع الفول — 102

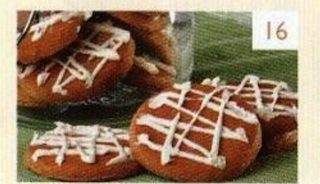

بيج ماك برجر — 76

البسكويت

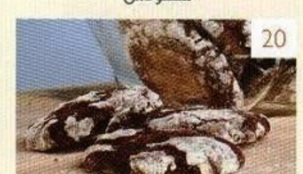

بسكويت الشوفان والزبيب — 14


بسكويت الشورت بريد بنكهة البتر سكوتش — 15


بسكويت اليقطين والتمر — 17


بسكويت الزنجبيل بالتوابل — 16


بسكويت الشوكولاتة والشوفان غير المخبوز — 21


براوني كرينكلز — 20


بسكويت البرتقال غير المخبوزة — 19


أكواب بسكويت البرتقال — 18


بسكويت جوز الهند المحمص — 25


بسكويت التمر والتفاح — 24


بسكويت الكريمة والنعناع — 22


كرينكلز الزبد والشوفان — 26


بسكويت الوسائد — 23

الحلويات


كريب مع صوص الكراميل — 70


كريب مع صوص الشوكولاتة — 73


كريب مع صوص الموكا — 72


كريب مع صوص الفراولة — 71

قائمة الوصفات المصورة



86 رافيولي الخوخ
87 رافيولي الشوكولاتة
74 كريب مع صوص إستوائي
74 كريب مع صوص سوزيت

طريقة إعداد الآيس كريم
والآيس كريم المقلي





مقدمة الناشر

معجزات كل يوم

عرفت بالأمس من الأخبار أن الأبحاث العلمية الحديثة بينت أنه على العكس مما كنا نعرفه، وعلى العكس مما أظهرته الأبحاث القديمة، أن القهوة لا ترفع ضغط الدم. ذكرني هذا بما قاله لي طبيب أمراض القلب منذ عامين عن أن القهوة والمشروبات التي تحتوي على الكافيين تصيب الجسم بالجفاف، وأنه لابد من تناول كوب من الماء مع قدح القهوة. هكذا إذن، ومنذ مئات من الأعوام منذ اكتشاف القهوة في أمريكا اللاتينية (هل كنتم تعرفون ذلك؟)، فإن العرب يقدمون الماء مع القهوة، سواء كانت قهوة تركية كما يسمونها في بعض الدول، أو قهوة عربية كما هي معروفة في دول أخرى.

من الغريب أن التقاليد تحمل نصيبًا من الحقيقة فيها بشكل ما، فالقرآن الكريم يحدثنا عن منافع العسل، ونعرف من الأطباء أنه منذ أيام الفراعنة والعسل يستخدم في تطهير الجروح. إنه عالم عجيب هذا الذي نعيش فيه، مليء بالغوامض التي لا نفهمها والتي نكتشفها كل يوم

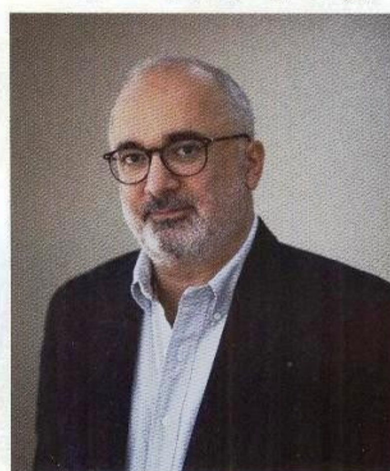
إذا زرعت بعض بذور الطماطم وشاهدتها وهي تنبت داخل مكان دافئ في منزلك (في منزلي أضعها فوق الثلاجة في المطبخ)، فإنك بالتأكيد سوف تراها تكبر وتميل كالسحر نحو ضوء الشمس أو نحو النافذة الأقرب لها. كيف تعرف بذرة الطماطم كيف تحيا وتنمو وتتجه نحو الشمس؟ إنه كوكب مليء بالمعجزات والحياة، وحتى في الصحراء القاحلة المترامية الأطراف سوف تجد جميع أنواع الأنظمة الحية التي تكيفت مع بيئتها وتكافح كي تحيا وتنمو وتزدهر.

ملاحظة خاصة:

الله يرحمك يا أبو مرزوق.

أتذكر هذا بعد مرور أسبوع من الحزن العميق لخسارة رجل كان مفعمًا بحيوية الحياة ومليئًا بالإيحاء الإيجابي لي طوال سبعة عشرة عامًا. أبو مرزوق، السيد ناصر الخرافي، إنني وآلاف غيري من الذين تشرفوا بمعرفة هذا الرجل نفتقده كثيرًا، فقد كان رجلا مليئًا بالبركة لآلاف العائلات في المنطقة، وعطفه بتكتم على المحتاجين لا بد أن يذكره الكثيرين. الفاتحة على روحه، وبارك الله في عائلته.

وهكذا تستمر الحياة كما تفعل دائمًا بأحزانها ومعجزاتها، وفي كل الأوقات بمشيئة الله، ونحن كمؤمنين نثق بحكمة الله التي قد لا نفهمها



يوسف الديب



مرحباً بأشهى البسكويت في الصباح والمساء، مع فنجان القهوة، الشاي، الحليب أو حتى مع العصير، نجده كنجدة عند الزيارات المفاجئة ونستمتع به عند الشعور بالجوع أو عند الشعور بالرغبة لتناول المأكولات الجاهزة ونحن نشاهد التلفاز.

ها هي أشهى الوصفات لإعداد لمسبق لأفضل ونيس في كل الأوقات، البسكويت

بسكويت للكبار والصغار



بسكويت الشوفان والزبيب

المقادير

- ½ كوب من الزبيب
- ⅓ كوب من الماء
- ½ كوب من الدهن النباتي
- 1 بيضة
- 1½ كوب من السكر البني الداكن
- 1½ ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 2 كوب من الدقيق
- 1¼ كوب من شوفان الطهي
- 2 ملعقة صغيرة من بيكاربونات الصوديوم
- ¾ ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من الملح
- ½ كوب من الزبيب

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 140 مئوية.
2. يوضع الزبيب والماء في معالج الطعام ويضربا على السرعة العالية لمدة دقيقة تقريبًا أو إلى أن يصبح الخليط ناعمًا جدًا.
3. يخلط الزبيب المهروس مع الدهن النباتي والبيض والسكر البني والفانيليا في وعاء كبير الحجم، ويخلطوا جيدًا باستخدام مضرب كهربي إلى أن يصبح الخليط متجانسًا.
4. في وعاء آخر يخلط الدقيق مع الشوفان والقرفة والملح، ثم يصب هذا الخليط الجاف على الخليط الرطب ويخلط معه جيدًا، ثم يضاف الزبيب ويخلط.
5. يشكل مقدار 3 ملاعق كبيرة من العجين باليد على شكل كرة، ثم يفرد إلى قطعة مسطحة بسمك ½ بوصة في صينية خبز غير مدهونة.
6. يخبز البسكويت لمدة من 18 إلى 20 دقيقة، ويراعى عدم المغالاة في الخبز، وإلا لن يكون البسكويت قابل للمضغ.
7. يخزن البسكويت في حاوية محكمة الغلق.



المقادير

- ½ كوب من الزبد أو السمن الصناعي المطرى
- ½ كوب من الدهن
- ½ كوب من السكر البني
- ¼ كوب من السكر المبرغل
- 2¼ كوب من الدقيق
- 1 ملعقة صغيرة من الملح

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 150 مئوية.
2. يضرب الزبد مع الدهن والسكر بنوعيه في وعاء كبير الحجم باستخدام خلاط كهربي على سرعة متوسطة، أو يخلطوا باستخدام ملعقة.
3. يضاف الدقيق والملح ويقلبا، مع ملاحظة أن العجين سوف يكون جافًا ومفتتًا، لذا تستخدم اليدان لخلطه تمامًا.
4. يفرد العجين في مستطيلات مساحة الواحد منها 7 x 1½ بوصة على سطح مرشوش بالقليل من الدقيق.
5. يقطع العجين إلى مربعات بمقاس 1½ بوصة، وترص على بعد 1 بوصة بين القطعة والأخرى في صينية خبز غير مدهونة.
6. يخبز البسكويت لمدة 25 دقيقة تقريبًا أو إلى أن يستقر، ويلاحظ أن هذا البسكويت لا يكتسب إلا لونًا بنيًا خفيفًا جدًا، ولا يتغير شكله.
7. يرفع البسكويت من الصينية وينقل إلى رف سلكي.
8. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.



بسكويت الزنجبيل بالتوابل

المقادير

- ⅓ كوب من العسل الأسود
- ¼ كوب من الدهن
- 2 ملعقة كبيرة من السكر البني
- 1¼ كوب من الدقيق
- ¼ ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من بيكاربونات الصوديوم
- ¼ ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
- ¼ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- ¼ ملعقة صغيرة من الزنجبيل المطحون
- ¼ ملعقة صغيرة من كبش القرنفل المطحون
- رشة من جوزة الطيب المطحونة
- رشة من البهار الحلو المطحون

طبقة التزيين السهلة:

- 1 كوب من السكر المطحون
- ½ ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 1 إلى 2 ملعقة كبيرة من كريمة الخفق

الطريقة

طبقة التزيين السهلة:

1. تخلط جميع المكونات معًا إلى أن يتكون خليط ناعم، ثم يوضع الخليط جانبًا.

البسكويت:

1. يخلط العسل الأسود مع الدهن والسكر البني في وعاء كبير الحجم باستخدام ملعقة.
2. تضاف بقية مكونات البسكويت وتقلب، ثم يغطى الخليط ويحفظ في الثلاجة لمدة تتراوح بين ساعتين و 4 ساعات أو إلى أن يجمد.
3. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 190 مئوية.
4. يفرد نصف العجين في المرة، إما إلى سمك ⅛ بوصة أو إلى أن يصبح سمكه كالورقة، على سطح عليه قطعة قماش مرشوشة بالدقيق، ثم يقطع إلى دوائر بقطر 3 بوصة باستخدام قطاعة بسكويت مرشوشة بالدقيق، ثم توضع الدوائر على بعد ½ بوصة من بعضها البعض في صينية خبز غير مدهونة.
5. يخبز البسكويت ذي سمك الـ⅛ بوصة لمدة 8 دقائق، والبسكويت ذي سمك الورقة لمدة 5 دقائق، أو إلى أن يكتسب اللون الذهبي الفاتح.
6. يرفع البسكويت من صينية الخبز في الحال وينقل إلى رف سلكي كي يبرد تمامًا، ثم يزين بطبقة التزيين السهلة.
7. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.



بسكويت اليقطين والتمر

المقادير

1 كوب من السكر البني
½ كوب من الزبد المطرى
1 كوب من اليقطين (القرع العسلي) المعلب أو المطهي
2 بيضة
2 كوب من الدقيق
2 ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
2 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
½ ملعقة صغيرة من جوزة الطيب المطحونة
½ ملعقة صغيرة من الزنجبيل المطحون
¼ ملعقة صغيرة من كبش القرنفل المطحون
1 كوب من التمر المقطع
½ كوب من الجوز المقطع

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 190 مئوية.
2. يضرب الزبد مع السكر والبيضة في وعاء كبير الحجم باستخدام خلاط كهربي، أو يخلطوا باستخدام ملعقة.
3. يضاف اليقطين والبيض ويضربا مع الخليط.
4. تضاف بقية المكونات وتقلب، فيما عدا التمر والجوز.
5. يضاف التمر والجوز ويقلبا.
6. يسقط العجين بملء ملاعق صغيرة بحيث تفصل 2 بوصة بين القطعة والأخرى في صينية خبز غير مدهونة.
7. يخبز البسكويت لمدة من 8 إلى 10 دقائق أو إلى أن تستقر الحواف.
8. يرفع البسكويت من الصينية وينقل إلى رف سلكي كي يبرد.
9. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.



أكواب بسكويت البرتقال

المقادير

- ½ كوب من بياض البيض
- ½ كوب من السكر المطحون
- ⅓ كوب من الدقيق المنخول
- 3 ملاعق كبيرة من الزبد (مذاب ومتروك ليبرد)
- ¾ ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 1 برطمان من مربى البرتقال لحشو أكواب البسكويت

الطريقة

1. يخفق بياض البيض إلى أن يصبح زغباً، ثم يضاف السكر المطحون بالتدريج بحيث يخفق بعد كل إضافة، ويخفق إلى أن تتكون قمم جامدة عند رفع المضرب.
2. يضاف الدقيق على مرتين مع التقليب برفق و خفة، ثم يضاف الزبد المبرد والفانيليا ويخلطا.
3. تدهن صينية خبز مسخنة سريعًا بالزبد ويتم اختبار واحدة من البسكويت، فإذا كان قوامها سائلاً جدًا فإن العجين بحاجة إلى المزيد من الدقيق، وإذا كانت سميكة ومن الصعب تشكيلها، فيضاف المزيد من الزبد المبرد.
4. يسقط الخليط بملء ملاعق كبيرة في صينية الخبز، بحيث تفصل مسافة من 6 إلى 8 بوصات بين كل بسكويتة والأخرى، وبحيث توضع قطعتان إلى 4 قطع من البسكويت في كل صينية، حسب حجم الصينية، ويفرد العجين إلى سمك رقيق جدًا، مع التأكد من عدم وجود ثقوب.
5. يخبز على درجة حرارة 200 مئوية لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق أو إلى أن تكتسب الحواف اللون البني الفاتح.
6. يرفع البسكويت من الصينية في الحال، وتشكل داخل وعاء، ثم تترك كي تبرد.
7. تحشى أكواب البسكويت بمربى البرتقال.
8. يقدم البسكويت أو يحفظ في حاوية محكمة الغلق.



بسكويت
البرتقال غير المخبوز

المقادير

- 4 أكواب من فتات بسكويت الجراهام كراكرز
- 1 كوب من السكر المطحون
- ⅓ كوب من عصير البرتقال المركز
- ¼ كوب من شراب الذرة الخفيف
- ¼ كوب من الزبد أو السمن الصناعي المذاب
- 1 كوب من الجوز المقطع ناعمًا
- 1 كوب من السكر المطحون (اختياري)

الطريقة

1. في وعاء كبير الحجم يخلط فتات الجراهام كراكرز مع السكر المطحون وعصير البرتقال المركز وشراب الذرة الخفيف والزبد والجوز.
2. يشكل الخليط على شكل كرات صغيرة الحجم، أو أي شكل مفضل، وتدحرج الكرات في الكمية الإضافية من السكر المطحون.
3. يوضع البسكويت في حاوية ذات غطاء ويبرد قبل التقديم.

براوني كرينكلز

المقادير

- 1 عبوة (2½ كوب) من خليط الفادج براوني الجاهز
- ¼ كوب من الماء
- 1 بيضة
- ½ كوب من السكر المطحون

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 180 مئوية، وتدهن صينية خبز بالزبد.
2. يخلط خليط الفادج براوني مع الماء والبيضة باستخدام ملعقة، بحيث يضرب حوالي 50 مرة أو إلى أن تختلط المكونات جيدًا.
3. يشكل العجين على شكل كرات باستخدام ملاعق صغيرة، ويدحرج في السكر المطحون، ثم يوضع في صينية الخبز بحيث تفصل 2 بوصة بين القطعة والأخرى.
4. يخبز البسكويت لمدة من 10 إلى 12 دقيقة.
5. يرفع البسكويت في الحال من الصينية وينقل إلى رف سلكي.
6. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.



بسكويت الشوكولاتة والشوفان غير المخبوز

المقادير

- 1½ كوب من السكر
- ½ كوب من الزبد غير المملح
- ⅓ كوب من الحليب
- ¼ كوب من البيقان المقطع
- ¼ كوب من جوز الهند المجفف
- 2 كوب من الشوفان الفوري
- 170 جم من رقائق الشوكولاتة نصف المحلاة
- 2 ملعقة كبيرة من قشر الليمون أو البرتقال المحلى

الطريقة

1. يضرب السكر والزبد والحليب في معالج الطعام إلى أن يتكون خليط ناعم.
2. يضاف البيقان وجوز الهند وقشر الليمون أو البرتقال والشوفان ورقائق الشوكولاتة، ويضرب الخليط على 5 أو 6 مرات متقطعة كي يختلط جيدًا.
3. يفرد ورق شمع في صوان للخبز، ويسقط الخليط في ملء ملاعق صغيرة على ورق الشمع.
4. يوضع البسكويت في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل قبل التقديم، وللتخزين يوضع في حاوية محكمة الغلق وتحفظ في الثلاجة.



بسكويت الكريمة والنعناع

المقادير

- 1¼ كوب من الشوفان الفوري
- 1½ كوب من الدقيق
- 1 ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
- 1 ملعقة صغيرة من بيكاربونات الصوديوم
- ¾ ملعقة صغيرة من الملح
- 1 كوب من الزبد المطرى
- 1 كوب من السكر البني
- ½ كوب من السكر
- 1 بيضة كبيرة الحجم
- ¼ كوب من كريمة الطهي
- 1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 12 أوقية من رقائق الشوكولاتة بنكهة النعناع

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 190 مئوية.
2. يوضع الشوفان السريع في خلاط ويضرب إلى أن يصبح كالدقيق.
3. يخلط الشوفان مع الدقيق والبيكينج باودر وبيكاربونات الصوديوم والملح.
4. يضرب الزبد مع السكر البني والسكر في وعاء كبير الحجم باستخدام خلاط كهربي إلى أن يصبح الخليط خفيفًا وزغبًا.
5. تضاف البيضة وتضرب ومعها الكريمة ومستخلص الفانيليا.
6. على سرعة منخفضة يضاف ويضرب خليط الدقيق بالتدريج وعلى دفعات.
7. تضاف رقائق الشوكولاتة المنكهة بالنعناع وتقلب.
8. يبرد العجين لمدة من 15 إلى 20 دقيقة إذا كان لينًا أكثر من اللازم، ثم يسقط بملء ملاعق كبيرة ممتلئة على بعد 2 بوصة بين القطعة والأخرى في صينية خبز مدهونة بالقليل من الزبد.
9. يخبز البسكويت لمدة من 10 إلى 12 دقيقة إلى أن يبدو وجهه جافًا وتكتسب الحواف لونًا بنيًا ذهبيًا فاتحًا.
10. يترك البسكويت في صواني الخبز كي يبرد نحو دقيقة تقريبًا قبل نقله إلى أرفف سلكية كي يبرد تمامًا.
11. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.



المقادير

½ كوب من الزبد أو السمن الصناعي المطرى
½ كوب من الدهن
1 كوب من السكر
1 بيضة
2½ كوب من الدقيق
1 ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
¼ ملعقة صغيرة من الملح
3 دستات من حلوى الشوكولاتة بالنعناع أو أي نوع حلوى ممضوغة مفضلة

الطريقة

1. يضرب الزبد والدهن مع السكر والبيضة في وعاء كبير الحجم باستخدام مضرب كهربي، أو يخلطوا باستخدام ملعقة.
2. يضاف الدقيق والبيكينج باودر والملح، ويغطى الخليط ويوضع في الثلاجة لمدة ساعة أو إلى أن يجمد.
3. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 200 مئوية.
4. يفرد نصف العجين إلى مستطيل مساحته 13 x 9 على سطح مرشوش بالقليل من الدقيق.
5. توضع حلوى النعناع في منتصف العجين، بحيث تتكون 6 صفوف متساوية من 6 قطع.
6. يفرد بقية العجين إلى مستطيل مساحته 9x13 على ورق شمع مرشوش بالدقيق، ويوضع على العجين المغطى بحلوى النعناع، ويقطع العجين بين قطع الحلوى باستخدام عجلة لقطع العجين أو سكين، ويضغط على حواف كل بسكويتة بشوكة لإغلاقها.
7. يرص البسكويت على بعد 2 بوصة بين الواحدة والأخرى في صينية خبز غير مدهونة، ويخبز لمدة من 7 إلى 9 دقائق أو إلى أن يكتسب اللون البني الفاتح.
8. يرفع البسكويت من الصينية وينقل إلى رف سلكي كي يبرد.
9. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.

المقادير

- ¾ كوب من التمر المقطع
- ½ كوب من التفاح المقشر المقطع ناعمًا
- ½ كوب من الزبيب
- ½ كوب من الماء
- 1 كوب + 1 ملعقة كبيرة من الدقيق
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- 1 ملعقة صغيرة من بيكاربونات الصوديوم
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- 2 بيضة

الطريقة

1. في قدر كبيرة الحجم يخلط التمر مع التفاح والزبيب والماء ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويترك الخليط على نار هادئة لمدة 3 دقائق، ثم يرفع عن النار ويترك كي يبرد.
2. يخلط الدقيق مع القرفة وبيكاربونات الصوديوم والملح، ثم يقلب الخليط مع خليط التفاح جيدًا.
3. يضاف البيض إلى العجين ويخلط جيدًا.
4. يسقط ملء ملاعق كبيرة من العجين في صينية خبز غير لاصقة، ويخبز على درجة حرارة 180 مئوية لمدة من 10 إلى 12 دقيقة.
5. يبرد البسكويت في صينية الخبز لمدة دقيقة تقريبًا قبل نقله إلى أرفف سلكية كي يبرد تمامًا.
6. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.





بسكويت جوز الهند المحمص

المقادير

- ½ كوب من الزبد
- ½ كوب من الدهن النباتي
- ¾ كوب من السكر الأبيض
- ¾ كوب من السكر البني
- 2 بيضة
- 2 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 2 كوب من الدقيق
- 1 ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
- 1 ملعقة صغيرة من بيكاربونات الصوديوم
- ¾ ملعقة صغيرة من الملح
- 1½ كوب من الشوفان الفوري
- 1½ كوب من رقائق جوز الهند (محمصة)
- ¾ كوب من الجوز المقطع (محمص)

الطريقة

1. في وعاء يخلط الزبد مع الدهن والسكر والسكر البني إلى أن يصبح الخليط زغبًا.
2. يضاف البيض والفانيليا ويضربا جيدًا.
3. يخلط الدقيق مع البيكينج باودر وبيكاربونات الصوديوم والملح، ثم يقلب الخليط مع خليط الزبد بالتدريج.
4. يضاف الشوفان وجوز الهند والجوز ويقلب فقط حتى يتجانس.
5. يوضع ملء ملاعق كبيرة من الخليط في صوان للخبز مدهونة بالزبد.
6. يخبز البسكويت في الفرن على درجة حرارة 190 مئوية لمدة من 10 إلى 11 دقيقة إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي، ثم يبرد في الصواني لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق قبل نقله إلى أرفف سلكية.
7. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.



كرينكلز الزبد والشوفان

المقادير

- 2 كوب من السكر البني
- ½ كوب من الزبد المطرى
- ½ كوب من الدهن
- 1 ملعقة صغيرة من الفانيليا
- 2 بيضة
- 2¼ كوب من الدقيق
- 2 كوب من الشوفان التقليدي أو الفوري
- 1½ ملعقة صغيرة من البيكينج باودر
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ½ كوب من السكر المطحون

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 180 مئوية، وتدهن صينية خبز بالزبد.
2. يضرب السكر البني مع الزبد والدهن والفانيليا والبيض في وعاء كبير الحجم باستخدام خلاط كهربي، أو يخلطوا باستخدام ملعقة.
3. يضاف الدقيق والشوفان والبيكينج باودر والملح.
4. يشكل العجين على شكل كرات قطر الواحدة منها 1 بوصة، وتدحرج الكرات في السكر المطحون، ثم توضع في الصينية بحيث تفصل مسافة 2 بوصة بين الواحدة والأخرى.
5. يخبز البسكويت لمدة من 10 إلى 12 دقيقة.
6. يرفع البسكويت في الحال من الصينية وينقل إلى رف سلكي.
7. يقدم البسكويت أو يحفظ في برطمان محكم الغلق.

يخنات
لكل الأذواق

الشيف أندرو ووصفاته السهلة والسريعة وهذه المرّة الدسمة لنغوص في يخنات رائعة المذاق وسهلة التطبيق. ما من أعذار بعد الآن، تحضير اليخنات المحببة للعائلة أصبح الآن بمتناول الجميع بفضل الشيف أندرو ووصفاته الرائعة.

المقادير

3 أرطال من اللحم البتلو أو البقري أو لحم الحمل (بدون دهن، مقطع إلى قطع كبيرة)
½ كوب من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 بصلة بيضاء مقطعة
5 فصوص من الثوم (مقطع إلى شرائح رفيعة)
3 أكواب من مكعبات الطماطم (معلبة ومع عصيرها)
4 ملاعق كبيرة من البقدونس الطازج المقطع
1 ملعقة كبيرة من الخل
1 إلى 2 ملعقة صغيرة من السكر أو العسل
ملح وفلفل أسود مطحون طازج حسب الذوق
1 عود قرفة
ماء
مرق لحم
3 أرطال من السبانخ الطازجة (منظفة ومشذبة)
½ كوب من الشبث الطازج المقطع

الطريقة

1. يشوح اللحم بوضع قطع قليلة منه في المرة في قليل من زيت الزيتون إلى أن يتحمر على جميع الجوانب.
2. يرفع اللحم من القدر.
3. يضاف المزيد من الزيت إلى القدر، ويضاف البصل ويطهى إلى أن يتحمر قليلاً.
4. يعاد اللحم إلى المقلاة مع الثوم والطماطم والبقدونس والخل والسكر والملح والفلفل والقرفة وبقية زيت الزيتون.
5. يطهى الخليط على نار هادئة بدون غطاء مع التقليب المستمر.
6. يطهى الخليط إلى أن يطرى اللحم ويصبح قوام الصلصة سميكًا، وهي عملية تستغرق مدة تتراوح بين ساعة ونصف وساعتين.
7. يضاف الماء أو المرق حسب الحاجة كي لا يحترق اللحم.
8. قبل 30 دقيقة من التقديم تسلق السبانخ الطازجة لمدة دقيقة واحدة.
9. تصفى السبانخ وتعتصر قليلاً للتخلص من الماء الزائد.
10. تقلب السبانخ مع اليخنة وتترك كي تنضج معها على نار هادئة لمدة 10 دقائق تقريبًا.
11. يتم تعديل توازن السكر والخل إذا دعت الحاجة.
12. يرش الشبث على وجه اليخنة.



اللحم البتلو أو البقري أو لحم حمل مشوح مع البصل والثوم، ومعهم مكعبات الطماطم والبقدونس الطازج والخل والسكر والملح الخشن والفلفل الأسود الطازج والقرفة، ويخلط خليط اليخنة مع الماء ومرق اللحم ومعهم السبانخ الطازجة والشبث الطازج، وتطهى اليخنة قليلاً على نار هادئة قبل التقديم.

اليخنة اليونانية

يخنة لحم الحمل الحارة

المقادير

- 1½ إلى 2 رطل من كتف الحمل المخلي من العظام أو لحم حمل لليخنة
- ملح وفلفل
- ¼ كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة خشنًا
- 2 فص مفروم من الثوم
- ½ ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
- ½ ملعقة صغيرة من الزنجبيل المطحون
- ½ ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من القرفة المطحونة
- رشة من الفلفل الأسود خشن الطحن
- 1 جزرة متوسطة الحجم مقطعة إلى مكعبات
- 1 علبة (وزن 14½ أوقية) من مكعبات الطماطم (مع عصيرها)
- 1 كوب من مرق الدجاج
- عصير ½ ليمونة

الطريقة

1. يزال الدهن من لحم الحمل، ثم يقطع اللحم إلى قطع صغيرة ويرش بالملح والفلفل ويقلب في الدقيق.
2. في قدر حديدية أو قدر كبيرة الحجم تسخن 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون، وتضاف إليه قطع اللحم المغلفة بالدقيق والبصل المقطع وتطهى مع التقليب المستمر إلى أن يتحمر اللحم على جميع الجوانب.
3. تضاف بقية المكونات ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويغطى الخليط ويطهى على نار هادئة لمدة ساعة إلى أن يطرى اللحم.
4. تقدم اليخنة على الأرز المطبوخ الساخن، أو عصيدة الذرة، أو الكسكس، أو تقدم ساخنة مع النودلز بالزبد أو البطاطس.



يخنة الخضروات بالكاري

جزر وكرفس وفلفل رومي وبصل مشوح مع مسحوق الكاري والزنجبيل والثوم، وتضاف الطماطم وورق الغار والمرق لعمل يخنة خضروات رائعة، كما تضاف الفاصوليا والكزبرة والسبانخ في النهاية.

المقادير

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز

1 بصلة حمراء متوسطة الحجَم مقطعة ناعمًا

1 فليفلة رومي خضراء متوسطة الحجم (مفرغة من البذور ومقطعة ناعمًا)

½ كوب من الجزر المقطع

½ كوب من الكرفس المقطع

3 فصوص مفرومة من الثوم

2 ملعقة كبيرة من الزنجبيل الطازج (مقشر ومفروم)

1 ملعقة كبيرة من مسحوق الكاري

2 حبة طماطم كبيرة الحجم (مقشرة ومفرغة من البذور ومقطعة) أو 1 كوب من صوص الطماطم

1 ورقة غار

4 أكواب من مرق الدجاج أو مرق الخضروات

1½ كوب من الفاصوليا الملونة أو الفاصوليا السوداء (مطبوخة)

3 ملاعق كبيرة من زبدة الفول السوداني

¼ كوب من الكزبرة الطازجة المقطعة

½ رطل من أوراق السبانخ الصغيرة (ممزقة إلى قطع صغيرة وليست مقطعة)

الطريقة

1. يسخن زيت الزيتون في قدر سعتها جالون.
2. لمدة 5 دقائق تقريبًا يشوح الجزر والكرفس والفلفل الرومي والبصل إلى أن يطروا.
3. يضاف مسحوق الكاري والزنجبيل والثوم ويشوحوا إلى أن تتصاعد رائحتهم.
4. لا يجب تحمير الثوم.
5. تضاف الطماطم وورقة الغار ويطهى الخليط دون غطاء، وسوف تتركز الطماطم قليلاً بعد مضي 3 دقائق.
6. يضاف المرق ويغلى الخليط.
7. تخفض درجة الحرارة.
8. تضاف الفاصوليا وتقلب ومعها زبدة الفول السوداني.
9. يطهى الخليط لمدة دقيقتين تقريبًا أو إلى أن يسخن تمامًا.
10. تضاف الكزبرة والسبانخ وتقلبا.
11. تقدم اليخنة في الحال.



المقادير

1 ملعقة كبيرة من زيت الكانولا
1 فص مفروم من الثوم
1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة ناعمًا
1 فليفلة رومي خضراء متوسطة الحجم مقطعة ناعمًا
½ عبوة (16 أوقية) من البامية المجمدة (مذابة ومقطعة إلى شرائح)
8 أوقيات من الفطر الطازج المقطع إلى شرائح
1 علبة من مكعبات الطماطم مع عصيرها (14½ أوقية)
1 عبوة من معجون الطماطم (6 أوقيات)
½ ملعقة صغيرة من مسحوق أوراق الساسافراس
2 ورقة غار
1 ملعقة صغيرة من ملح البحر
1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون الطازج
2 ملعقة كبيرة من الزيت النباتي
2 ملعقة كبيرة من الدقيق متعدد الاستخدامات

الطريقة

1. تسخن 1 ملعقة كبيرة من الزيت في قدر كبيرة الحجم على نار متوسطة الحرارة.
2. يضاف الثوم والبصل والفلفل الرومي الأخضر ويشوحوا إلى أن يطروا.
3. تضاف البامية وتقلب ومعها الفطر والطماطم وعصيرها ومعجون الطماطم والمسحوق وورقتا الغار والملح والفلفل الأسود.
4. يطهى الخليط مع التقليب من حين إلى آخر لمدة 40 دقيقة.
5. تسخن 2 ملعقة كبيرة من الزيت في مقلاة متوسطة الحجم على نار متوسطة الحرارة.
6. يضاف الدقيق ويطهى مع التقليب المستمر لمدة من دقيقتين إلى 10 دقائق 5 دقائق إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي ويتكون مزيج منه ومن الزيت.
7. يقلب خليط الدقيق والزيت مع خليط البامية ويستمر في الطهي مع التقليب من حين إلى آخر لمدة من 5 إلى 10 دقائق إلى أن تصبح اليخنة سميكة.

البصل والثوم المشوح مع لحم اليخنة البقري والجزر والبطاطس والكرفس والجزر الأبيض واللفت، متبل بالفلفل الحريف والبقدونس.

المقادير

2 رطل من لحم اليخنة البقري (مقطع إلى مكعبات)

1 كوب من البصل (مقطع خشناً)

3 فصوص مقطعة من الثوم

1 جزرة كبيرة مقطعة

4 حبات بطاطس كبيرة الحجم (مقطعة إلى مكعبات)

1 عود مقطع من الكرفس

1 جزرة بيضاء مقشرة ومقطعة

½ كوب من اللفت المقطع

12 أوقية من الماء

دقيق متبل بالملح الخشن والفلفل الأسود ورشة من الفلفل الحريف

1 عود من البقدونس

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز

الطريقة

1. يوضع الزيت في قدر كبيرة الحجم ويطهي فيه البصل حتى يصبح شفافاً.
2. يضاف الثوم ويطهى إلى أن يصبح ذهبي اللون قليلاً.
3. ينشل البصل والثوم من القدر.
4. تقلب مكعبات اللحم في الدقيق.
5. على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة يوضع اللحم المتبل في القدر ويحمر.
6. يعاد البصل والثوم إلى القدر مرة أخرى.
7. تخفض درجة الحرارة.
8. يضاف الماء، ويترك الخليط كي ينضج على نار هادئة لمدة ساعتين.
9. يتم تذوق الخليط ويتبل حسب الذوق.
10. يضاف الجزر والبطاطس واللفت والكرفس والبقدونس.
11. يواصل الطهي على نار هادئة إلى أن تنضج الخضروات.
12. يتم تعديل درجة التتبيل حسب الحاجة.
13. تقدم مع الخبز.

يخنة اللحم البقري



طاجين العدس

المقادير

- 1 رطل من العدس
- 40 أوقية من مرق الخضروات الطازج
- 4 فصوص مدقوقة من الثوم
- 1½ رطل من البطاطا الحلوة (مقشرة ومقطعة إلى مكعبات)
- 1¼ رطل من الطماطم المقطعة
- 12 أوقية من الفلفل الحلو (مفرغ من البذور ومقطع)
- 12 أوقية من البصل المقطع
- 1 ملعقة كبيرة من الزنجبيل الطازج المبشور
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الحريف
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
- ملح
- كزبرة طازجة مقطعة

الطريقة

1. يوضع العدس والمرق والثوم في قدر كبيرة الحجم، ويغلى الخليط مع التقليب طوال الوقت.
2. تخفض درجة الحرارة ويغطى الخليط ويطهى على نار هادئة لمدة 20 دقيقة.
3. تضاف البطاطا الحلوة والطماطم والفلفل والبصل والزنجبيل والكمون والفلفل الحريف والملح.
4. يغلى الخليط برفق ثم يستمر في الطهي دون غطاء لمدة 30 دقيقة إضافية إلى أن تطرى البطاطا الحلوة.
5. للتقديم، يزين الطاجن بالكزبرة المقطعة ويقدم مع الأرز أو الكسكس.



يخنة الدجاج والخضروات

المقادير

- 1 دجاجة (حوالي 4 أو 5 أرطال، مقطعة)
- 2 ملعقة كبيرة من الزيت النباتي
- 1½ كوب من الماء
- ½ كوب من المرق
- 2 ملعقة صغيرة من الملح
- ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- 8 إلى 10 بصلات بيضاء صغيرة الحجم (مقطعة إلى أنصاف)
- 1 كوب من البازلاء الخضراء الطازجة أو المجمدة
- 1 كوب من شرائح الجزر
- ½ كوب من مكعبات اللفت
- 1 كوب من مكعبات البطاطس
- ½ كوب من الذرة الطازجة أو المجمدة
- ⅓ كوب من الدقيق مخلوط مع ½ كوب من الماء البارد لعمل معجون

الطريقة

1. يسخن الزيت في قدر حديدية أو قدر ثقيلة.
2. تضاف قطع الدجاج وتحمر على جميع الجوانب.
3. يضاف الماء والمرق والملح والفلفل الأسود، ويغطى الخليط ويترك على نار هادئة لمدة 45 دقيقة.
4. يضاف البصل والبازلاء والجزر واللفت والبطاطس والذرة، ويغطى الخليط ويترك على نار هادئة لمدة 45 دقيقة أخرى.
5. يضاف خليط الدقيق والماء البارد ويقلب، ويستمر في الطهي لمدة 10 دقائق تقريبًا إلى أن تصبح اليخنة سميكة.
6. يمكن تقديم اليخنة على الأرز.

طبق يخنة لحم بقري تقليدي يجمع بين اللحم البقري والخضروات اللذيذة في مرق لحم غني.

المقادير

- 1½ رطل من لحم الحمل أو اللحم البقري (مقطع إلى مكعبات)
- 3 جزرات متوسطة الحجم
- 2 حبة بطاطس متوسطة الحجم
- 1 بصلة
- ½ عبوة صغيرة من الطماطم المطهية المعلبة
- ⅓ كوب من الدقيق
- 1 أوقية من الدهن البقري
- 1 كوب من مرق اللحم
- ½ كوب من الماء
- 1 أوقية من الزعتر الطازج
- 1 ورقة غار
- ملح وفلفل أسود مطحون طازج حسب الذوق

الطريقة

1. يغطى اللحم بالدقيق.
2. يضاف الملح والفلفل حسب الذوق.
3. يوضع الدهن في قدر كبيرة الحجم ويحمر فيه الخليط.
4. تضاف شرائح الخضروات والزعتر.
5. يضاف مرق اللحم والماء.
6. تضاف ورقة الغار حسب الذوق.
7. يطهى الخليط على نار هادئة لمدة من ساعتين إلى 3 ساعات إلى أن يطرى اللحم والخضروات.
8. يمكن إضافة المزيد من الماء لإضافة المزيد من الرطوبة للخليط.
9. يضاف الملح والفلفل حسب الذوق.



اليخنة الأيرلندية

المقادير

- 1 باذنجانة متوسطة الحجم (مقشرة ومقطعة إلى مكعبات بسمك ½ بوصة)
- 2 كوب من الطماطم المقطعة
- 1½ كوب من الجزر المقطع إلى شرائح
- 1 علبة (وزن 15 أوقية) من الحمص المغسول والمصفى
- 1 علبة (وزن 15 أوقية) من الفاصوليا الحمراء المغسولة والمصفاة
- 1 كوب من البصل
- 1 كوب من الكرفس
- 3 فصوص مفرومة من الثوم
- 3 أكواب من مرق الخضروات
- 1 علبة (وزن 6 أوقية) من معجون الطماطم الإيطالي
- ½ ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف المسحوق
- ½ ملعقة صغيرة من الريحان المجفف المسحوق
- ½ ملعقة صغيرة من ملح البحر
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل
- ¼ ملعقة صغيرة من رقائق الفلفل الأحمر الحار المسحوقة
- 1 ورقة غار

الطريقة

1. تخلط جميع المكونات في قدر للطهي البطيء متوسطة الحجم.
2. يغلى الخليط ويطهى على نار منخفضة الحرارة لمدة من 8 إلى 9 ساعات.
3. ترفع ورقة الغار من الخليط قبل تقديمه.
4. تقدم اليخنة مع بعض الأرز البني أو الكسكس.



اليخنة النباتية قليلة الدسم المطهية ببطء

المقادير

2 ملعقة صغيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 فليفلة صفراء كبيرة الحجم مقطعة خشناً
1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة
2 فص مدقوق من الثوم
1 علبة من الطماطم المطهية المعلبة(وزن 14½ أوقية)
1 كوب من عصير الطماطم والخضروات الحار
1 رطل من فيليه سمك القد (بدون جلد، مقطع إلى قطع بحجم 1 بوصة)
8 أوقيات من الروبيان متوسط الحجم (مقشر ومنظف)

الطريقة

1. في قدر سعتها جالون يسخن الزيت على نار متوسطة الحرارة.
2. يضاف الفلفل الأصفر والبصل، ويطهيا لمدة من 5 إلى 6 دقائق مع التقليب المستمر إلى أن يتحمرا قليلاً ويطريا.
3. يضاف الثوم ويطهى لمدة دقيقة مع التقليب المستمر.
4. تضاف الطماطم وعصير الخضروات مع ½ كوب من الماء و¼ ملعقة صغيرة من الملح.
5. يغطى الخليط على نار مرتفعة الحرارة، ثم تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة.
6.
7. يغطى الخليط لمدة 10 دقائق.
8. يضاف سمك القد والروبيان ويقلبا.
9. يغطى الخليط ويطهى على نار هادئة لمدة من 3 إلى 4 دقائق أو إلى أن يفقد القد والروبيان شفافيتهما.
10. يقلب الخليط مرة برفق شديد.
11. تصب اليخنة باستخدام مغرفة في 4 أوعية شوربة كبيرة الحجم.



يخنة فواكه البحر السهلة

أطباق شهية من..

جايمي أوليفر



الماكريل المحشو بخضروات الصيف

إن الماكريل (الإسقمري) نوع من السمك لا يقدر حق تقديره، لكنني أحبه، لأن طعمه رائع ومعلب مع الكثير من الزيوت الصحية، ولذا فإنه مفيد حقًا! كجميع أنواع الأسماك، فإن الإسقمري ألذ طعمًا وهو طازج، لذا تشمموه قبل شرائه، ولن تكون رائحته زفرة إذا كان طازجًا.

تكفي الوصفة 4 أفراد
مدة الإعداد: 10 دقائق
مدة الطهي: 10 دقائق

المقادير

4 قطع من سمك الإسقمري (الماكريل) (منظف ومفرغ من الأحشاء ومزالة منه الخياشيم)
زيت زيتون
ملح بحر وفلفل أسود مطحون حديثًا
حزمة صغيرة من النعناع الطازج وأخرى من البقدونس
1 ليمونة كبيرة الحجم مقطعة ناعمًا إلى شرائح
400 جم من البروكولي الأرجواني النابت (مشذب)
حفنة من البندق (محمص قليلاً)
500 جم من الكوسة (مقطعة إلى شرائح بزاوية)
زيت زيتون بكر ممتاز
قطع قليلة من الزبد بالفلفل الحار والليمون (الوصفة التالية)

الطريقة

1. تسخن المشواة.
2. يرش الإسقمري بزيت الزيتون ويتبل من الداخل والخارج بالملح والفلفل.
3. تقطع الأعشاب تقطيعًا خشنًا ويحشى بها السمك مع القليل من شرائح الليمون.
4. يسلق البروكولي لعدة دقائق في قدر صغيرة الحجم بها ماء مملح، ثم يصفى ويوضع جانبًا بينما يسحق البندق قليلاً.
5. يوضع البروكولي والكوسة على المشواة ويطهيا على الجانبين إلى أن ينضجا تمامًا.
6. يشوى الإسقمري لمدة من 3 إلى 4 دقائق على كل جانب إلى أن يقرمش الجلد قليلاً ويتقشر عن اللحم، مع ملاحظة أن السمك الأكبر حجمًا يستغرق وقتًا أطول.
7. أثناء شواء السمك تقلب الخضروات في زيت الزيتون والملح والفلفل والبندق المحمص المسحوق.
8. يقدم الإسقمري مع الخضروات وعليه بعض قطع الزبد بالفلفل الحار والليمون (انظر الوصفة التالية).

ما هي أفضل طريقة لإعداد النيوكي؟ عندما جربته كان القوام خطأ تمامًا.

أقوم أولاً بطهي البطاطس بالبخار في قدر ضغط كي تصبح جافة تمامًا وزغبة عندما تبرد، ثم تهرس البطاطس وتخلط معها أقل كمية ممكنة من الدقيق كي يختلط الخليط جيدًا. ليست طريقة سهلة، لكن التدريب سوف يأتي بنتائج إيجابية.

طبق جانبي

الزبد بالفلفل الحار والليمون

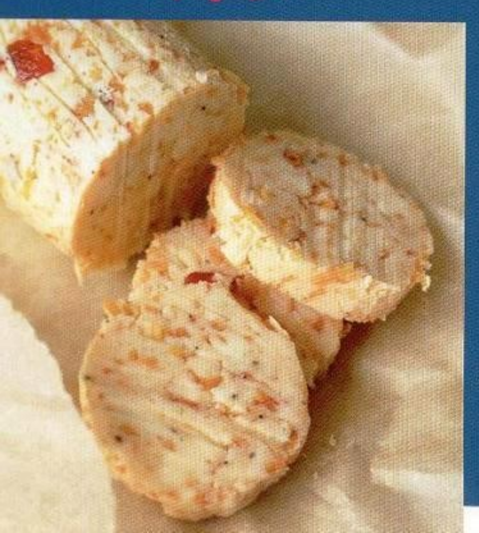
تكفي الوصفة لإعداد لفافة صغيرة من الزبد
مدة الإعداد: 10 دقائق + وقت التجميد

المقادير

1 فليفلة حمراء حارة (مقطعة إلى نصفين ومفرغة من البذور)
1 فص مقشر من الثوم
ملح بحر وفلفل أسود مطحون حديثًا
125 جم من الزبد غير المملح المطرى
بشر 1 ليمونة

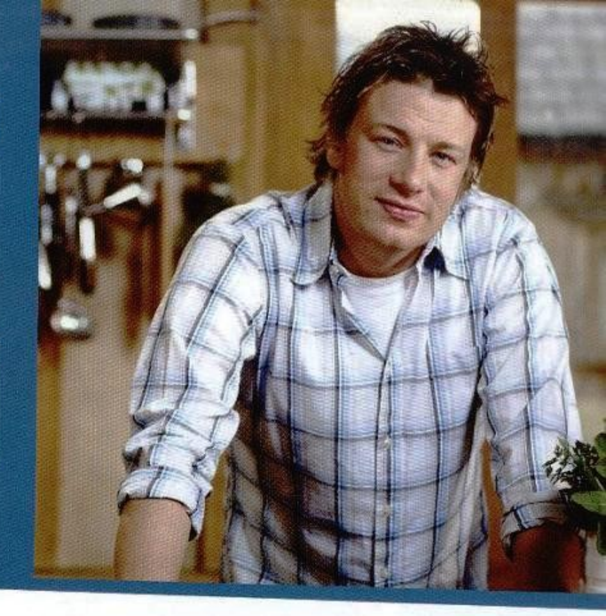
الطريقة

1. تقطع الفليفلة تقطيعًا خشنًا.
2. يستخدم الهاون لدق الفليفلة مع الثوم ورشة من الملح إلى أن يتكون معجون.
3. في وعاء يخلط المعجون مع رشة من الفلفل الأسود والزبد وبشر الليمون جيدًا.
4. يوضع هذا الخليط في فرخ من ورق الشمع ويفرد بالطول على هيئة اسطوانة مع لف الطرفين كالبونبون.
5. يوضع في المجمد كي يجمد، ثم يوضع في الثلاجة.
6. يبقى الزبد بالفلفل الحار والليمون صالحًا لعدة أسابيع، ومن الرائع أن يذوب على أطباق اللحم والخضروات.



أطباق شهية من..

جايمي أوليفر



برجر لحم الحمل مع التزادتزيكي اللاذع

من السهل إعداد برجر لحم الحمل هذا في المنزل، وهي وصفة مناسبة تمامًا للشواء في الصيف، وطريقة لذيذة لإطعام أربعة أفراد تحت سن العاشرة، كما أن إضافة بعض تزادتزيكي الشمندر اللاذع سوف يجعلها وصفة خاصة للغاية.

تكفي الوصفة 4 أفراد
مدة الإعداد: 20 دقيقة
مدة الطهي: 25 دقيقة

المقادير

زيت زيتون
1 بصلة مقطعة ناعمًا
رشة من الأوريجانو المجفف
1 فليفلة حمراء حارة طازجة (مفرغة من البذور ومقطعة ناعمًا)
بشر قشر وعصير 1 ليمونة
حزمة من البقدونس (الأوراق مقطوفة ومقطعة ناعمًا)
حفنة من البقسماط
1 بيضة مخفوقة قليلاً
ملح بحر وفلفل أسود مطحون حديثًا
500 جم من لحم الحمل المفروم
150 جم من جبن الحلوم
4 أرغفة برجر
حفنة من أوراق السلطة (مغسولة ومجففة)
2 حبة طماطم كبيرة الحجم (مقطعتان إلى شرائح)

الطريقة

1. يسخن مقدار لا بأس به من زيت الزيتون في مقلاة ويطهى فيه البصل مع الأوريجانو إلى أن يطرى لكن دون أن يتحمر، ثم يترك كي يبرد.
2. يضاف البصل بعد أن يبرد إلى وعاء مع الفلفل الأحمر وبشر قشر الليمون والبقدونس والبقسماط والبيض ورشة مناسبة من الملح والفلفل واللحم المفروم.
3. تخلط المكونات جيدًا باليدين، ثم تغسل اليدان وتتركا مبللتين قليلاً كي لا يلتصق الخليط بهما، ثم يشكل الخليط على شكل 4 كرات تفرد قليلاً براحة اليد على شكل البرجر، ثم توضع في الثلاجة لمدة نصف ساعة على الأقل كي تتماسك.
4. تسخن المشواة تمامًا، ثم يدهن البرجر بزيت الزيتون ويشوى لمدة 12 دقيقة تقريبًا مع قلبه من حين إلى آخر.
5. في تلك الأثناء يقطع جبن الحلوم إلى 4 شرائح، وعندما يوشك البرجر على النضوج يوضع الجبن والخبز على المشواة، ويشوى الجبن على الجانبين ويحمص الخبز.
6. تقلب أوراق السلطة في عصير الليمون.
7. في كل رغيف توضع بعض شرائح الطماطم وقطعة من البرجر وبعض تزادتزيكي الشمندر (انظر الوصفة التالية) وشريحة من جبن الحلوم.
8. توضع بعض أوراق السلطة على الوجه ويقدم البرجر.

عندما أطهو السباجيتي بولونيز دائمًا يكون هناك ماء في قاع الطبق مهما صفيت المعكرونة جيدًا، فكيف يمكنني إيقاف هذا؟

من الممكن محاولة تقليب المعكرونة في الصلصة قبل التقديم، فهذه هي الطريقة التي يتبعونها في إيطاليا. سوف تمتص الصلصة أي ماء زائد ولن يتبقى منه أي شيء في الطبق.

طبق جانبي

تزادزيكي الشمندر اللذيذ

تكفي الوصفة 4 أفراد
مدة الإعداد: 10 دقائق

المقادير

2 حبة شمندر كاملة مطبوخة ومقطعة ناعمًا
بشر قشر وعصير 1 ليمونة
½ فص من الثوم
ملح بحر وفلفل أسود مطحون حديثًا
250 ملل من اللبنة

الطريقة

1. يوضع الشمندر وأي عصير منه في وعاء كبير الحجم.
2. يضاف بشر قشر الليمون وعصيره ويبشر الثوم ويقلب.
3. يتبل الخليط، ثم تضاف اللبنة برفق لتعطي تأثير الرخام.
4. الوصفة مثالية للتقديم مع برجر لحم الحمل وأيضًا السمك المملح المقدد.



"فونتيرا" تطور منتجاً جديداً يثري العمل في مجال المطابخ



الصورة 1: الشيف بيتر هولماتز (في المقدمة)، والشيف ماهر نداف، استشاريا الطهي في فونتيرا، يعرضان كريمة الطبخ Anchor Extra Yield Cooking Cream أمام الضيوف

دبي، 29 مارس، 2011: استخدم الفريق العالمي في فونتيرا، أكبر شركة مصدرة للألبان في العالم، على مدار العام الماضي أحدث التقنيات المطبخية لتطوير منتج جديد وإضافته إلى محفظتها من المنتجات المتطورة.

وبعد جهود حثيثة دامت أشهراً من الاختبارات وإعداد النماذج، تم ابتكار كريمة الطبخ " Anchor Extra Yield Cooking Cream" بنجاح، حيث سيتمكن الطهاة من تحسين النكهة وتوسعة نطاق استخدامه بنسبة 20%. وقد تم عرض المنتج أمام الشخصيات رفيعة المستوى في قطاع الضيافة خلال حدث حصري عقد يوم الاثنين الماضي في فندق ويستن دبي مينا السياحي.

بهذه المناسبة قال مروان حسان، مدير عام قسم خدمات الأغذية في فونتيرا: "إنه لم يمثل حدث إطلاق منتج وحسب، فنحن نثق بشدة بأن الطريقة الوحيدة لتواصل هذه الصناعة نموها تتمثل في مواصلة النقاشات ومشاركة المهارات وابتكار منتجات فريدة. لقد قمنا بالإعلان عن توافر Anchor Extra Yield Cooking Cream للصناعة المطبخية في المنطقة، لكننا أردنا أن نعرض للطهاة أهم سماة هذا المنتج الفريد من نوعه، لكي يدركوا قيمته وأهميته بالنسبة للمطبخ".

شيف فتافيت المحبوب أندرو ميتشل يمضي أمسية رائعة مع الشخصيات الإعلامية للإحتفال بإصدار كتابه "شوربة ونقنقة"



تجمعت شخصيات إعلامية لحضور عشاء خاص أقامه شيف فتافيت المحبوب أندرو ميتشل في مطعمه بيسترو في القاهرة بمناسبة إحتفاله بإصدار أول كتاب له، كتاب شوربة ونقنقة.

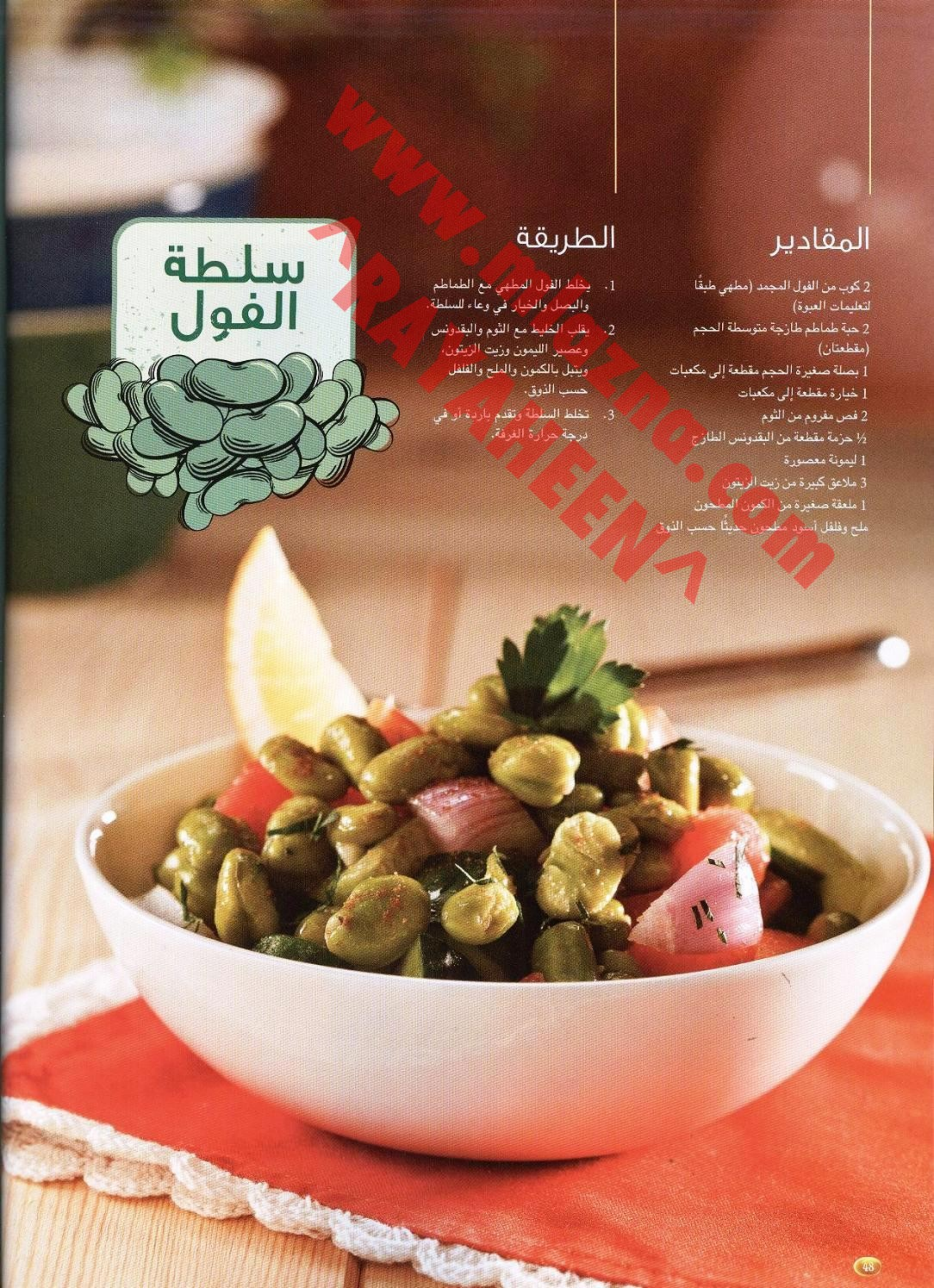
قدم نجم فتافيت الشهير لضيوفه في هذه الليلة الخاصة بعضاً من وصفاته المفضلة من قائمة بيسترو .ولإنهاء هذه السهرة المميزة فاجئ الشيف أندرو ضيوفه بإهدائهم نسخة موقعة من كتابه الرائع "شوربة ونقنقة"



فول فول

وكله بالفول الأخضر

يقال أن الفول هو من أفضل ما يمكن تناوله من أغذية عدى عن كونه من أطيب الحبوب أكان جافاً أم أخضر. وما أشهى تناوله أخضراً مع اللبنة والزيتون أيضاً. وبرأيي، مهما قيل عن روعة الفول ما من مقولة توفيه حقّه. فلننغمس الآن بما لذّ وطاب من أطباق الفول



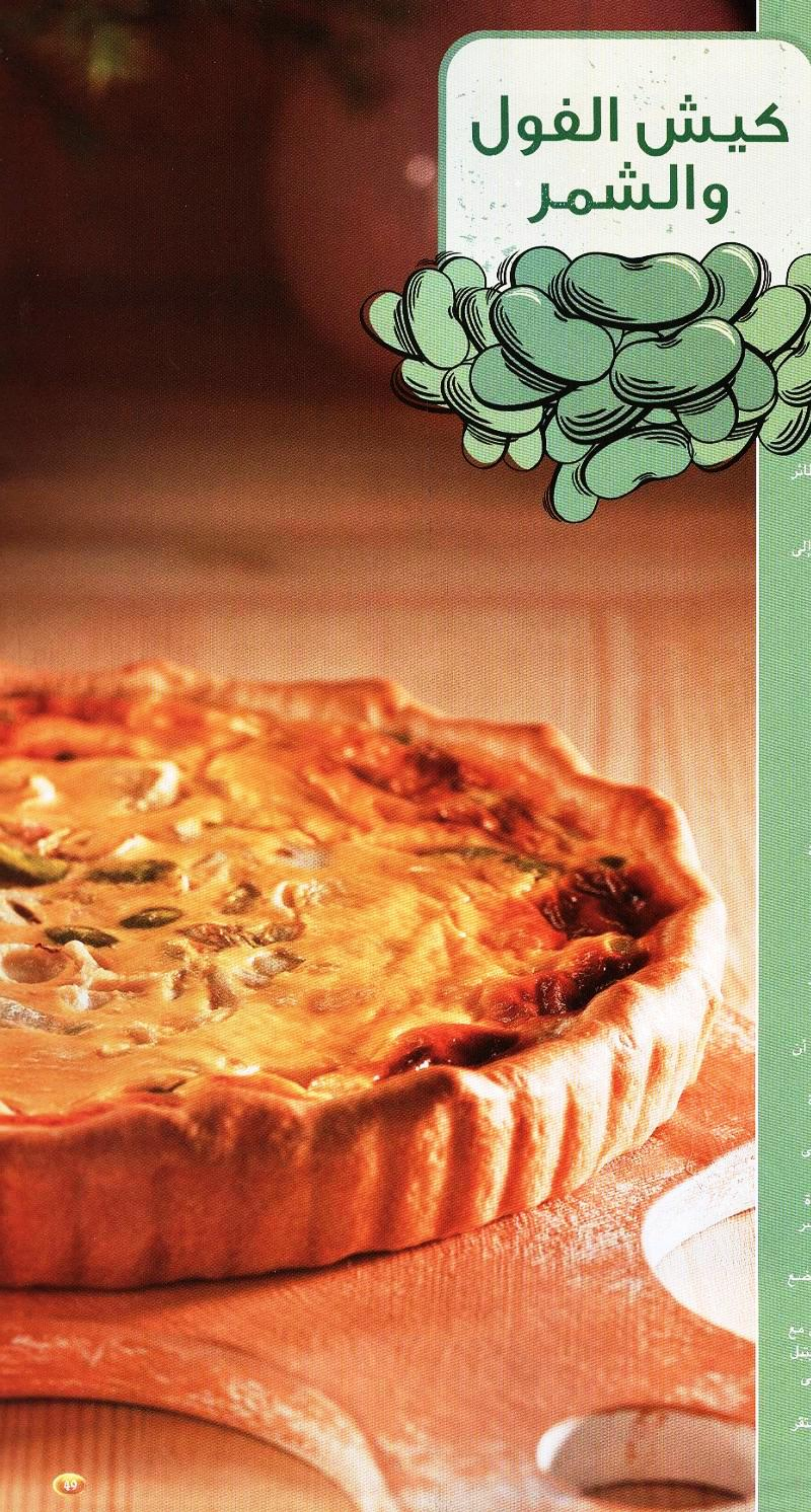
سلطة الفول

المقادير

- 2 كوب من الفول المجمد (مطهي طبقًا لتعليمات العبوة)
- 2 حبة طماطم طازجة متوسطة الحجم (مقطعتان)
- 1 بصلة صغيرة الحجم مقطعة إلى مكعبات
- 1 خيارة مقطعة إلى مكعبات
- 2 فص مفروم من الثوم
- ½ حزمة مقطعة من البقدونس الطازج
- 1 ليمونة معصورة
- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
- ملح وفلفل أسود مطحون حديثًا حسب الذوق

الطريقة

1. يخلط الفول المطهي مع الطماطم والبصل والخيار في وعاء للسلطة.
2. يقلب الخليط مع الثوم والبقدونس وعصير الليمون وزيت الزيتون، ويتبل بالكمون والملح والفلفل حسب الذوق.
3. تخلط السلطة وتقدم باردة أو في درجة حرارة الغرفة.



كيش الفول والشمر

المقادير

1 عبوة (وزن 375 جم) من عجين قاعدة القطائر الجاهز
2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
2 بصلة شمر كبيرة الحجم (مقطعتان ناعمًا إلى شرائح)
1 كوب من الفول
3 بيضات كبيرة الحجم
1 صفار بيض
1½ كوب من الكريمة الحامضة
50 جم من جبن البارميزان النباتي المبشور

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 180 مئوية، وتفرد قاعدة العجين في صينية تارت مضلعة مقاسها 20 سم وعمقها 4 سم.
2. يثقب العجين من جميع النواحي باستخدام شوكة، ويفرد فيه ورق خبز ويوضع عليه فاصوليا أو أرز، ثم يخبز لمدة من 10 إلى 12 دقيقة، ثم يرفع الورق والفاصوليا ويعاد العجين إلى الفرن ويخبز لمدة 5 دقائق أخرى إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي.
3. في تلك الأثناء، يسخن الزيت في مقلاة على نار متوسطة الحرارة، ويضاف الشمر ويحمر برفق لمدة 10 دقائق إلى أن يطرى.
4. يطهى الفول في قدر بها ماء مغلي لعدة دقائق، ثم يبرد تحت الماء البارد ويقشر إذا دعت الرغبة.
5. يفرد الشمر في قاع قاعدة التارت ويوضع عليه الفول.
6. في إبريق يخلط البيض وصفار البيض مع الكريمة الحامضة وجبن البارميزان ويتبل الخليط، ثم يصب في قاعدة التارت على الفول والشمار، ويوضع الكيش الفرن لمدة من 20 إلى 25 دقيقة إلى أن يستقر ويكتسب اللون الذهبي.

الإسقلوب المسفوع مع الفول المهروس



المقادير

- 3 أكواب من الفول
- 6 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز + المزيد للرش
- 2 فص متوسط مفروم من الثوم
- 1 إلى 1½ كوب من الماء
- 1 فرع متوسط من الزعتر الطازج
- 1 فرع (طول 6 بوصة) من إكليل الجبل الطازج
- 2 ملعقة صغيرة من عصير الليمون الطازج (من ½ ليمونة متوسطة الحجم)
- فلفل أسود مطحون حديثًا
- ملح حسب الذوق وبعض الملح للغلي
- 10 قطع من الإسقلوب
- 2 ملعقة كبيرة من الزبد
- فصوص ليمون للتقديم

الطريقة

1. يجهز حمام ماء مثلج بملء وعاء كبير الحجم حتى منتصفه بالثلج والماء، ويوضع جانبًا.
2. يغلى ماء مملح بوفرة في قدر كبيرة الحجم، ويضاف إليه الفول المقشر ويسلق لمدة من دقيقة إلى دقيقتين إلى أن تصبح الحبة داخل القشرة الخارجية ذات لون أخضر فاتح ومتماسكة ولكن غير صلبة.
3. يصفى الفول من الماء ويوضع في حمام الماء المثلج إلى أن يبرد، ثم يقشر كله ويوضع في وعاء متوسط الحجم.
4. تسخن 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون في مقلاة كبيرة الحجم على نار متوسطة الحرارة، ويضاف إليه الثوم والملح والفلفل ويطهى مع التقليب من آن إلى آخر إلى أن تتصاعد رائحته.
5. يضاف الفول ويقلب كي يغطيه الزيت.
6. يضاف الماء والزعتر وإكليل الجبل ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويترك الخليط كي ينضج على نار هادئة مع التقليب من حين إلى آخر إلى أن يطرى الفول، ويمكن إضافة الماء حسب الحاجة لمنع الفول من الالتصاق بالمقلاة.
7. يرفع الزعتر وإكليل الجبل ويتم التخلص منهما، ثم ينقل خليط الفول إلى خلاط ويضرب على سرعة منخفضة إلى أن يقطع تقطيعًا خشنًا.
8. ينقل ⅓ خليط الفول المقطع إلى وعاء صغير الحجم، ويستمر في خلط باقي الفول إلى أن يهرس هرسًا ناعمًا، وإذا كان المهروس سميكًا أكثر من اللازم يضاف إليه بعض الماء، ملعقة كبيرة في المرة، إلى أن يبلغ القوام المرغوب، ثم ينقل الفول المهروس إلى وعاء مع الفول المقطع.
9. يضاف عصير الليمون وبقية زيت الزيتون ويقلبا، ويتبل الخليط بالملح والفلفل، ويرش بالمزيد من زيت الزيتون، حسب الرغبة.
10. في مقلاة على نار متوسطة الحرارة يوضع الزبد ويذاب، ثم تضاف قطع الإسقلوب وتسفع إلى أن يكتسب كل جانب اللون الذهبي البني، ثم يرفع عن النار ويوضع في الطبق المليء بالفول المهروس.
11. يقدم.

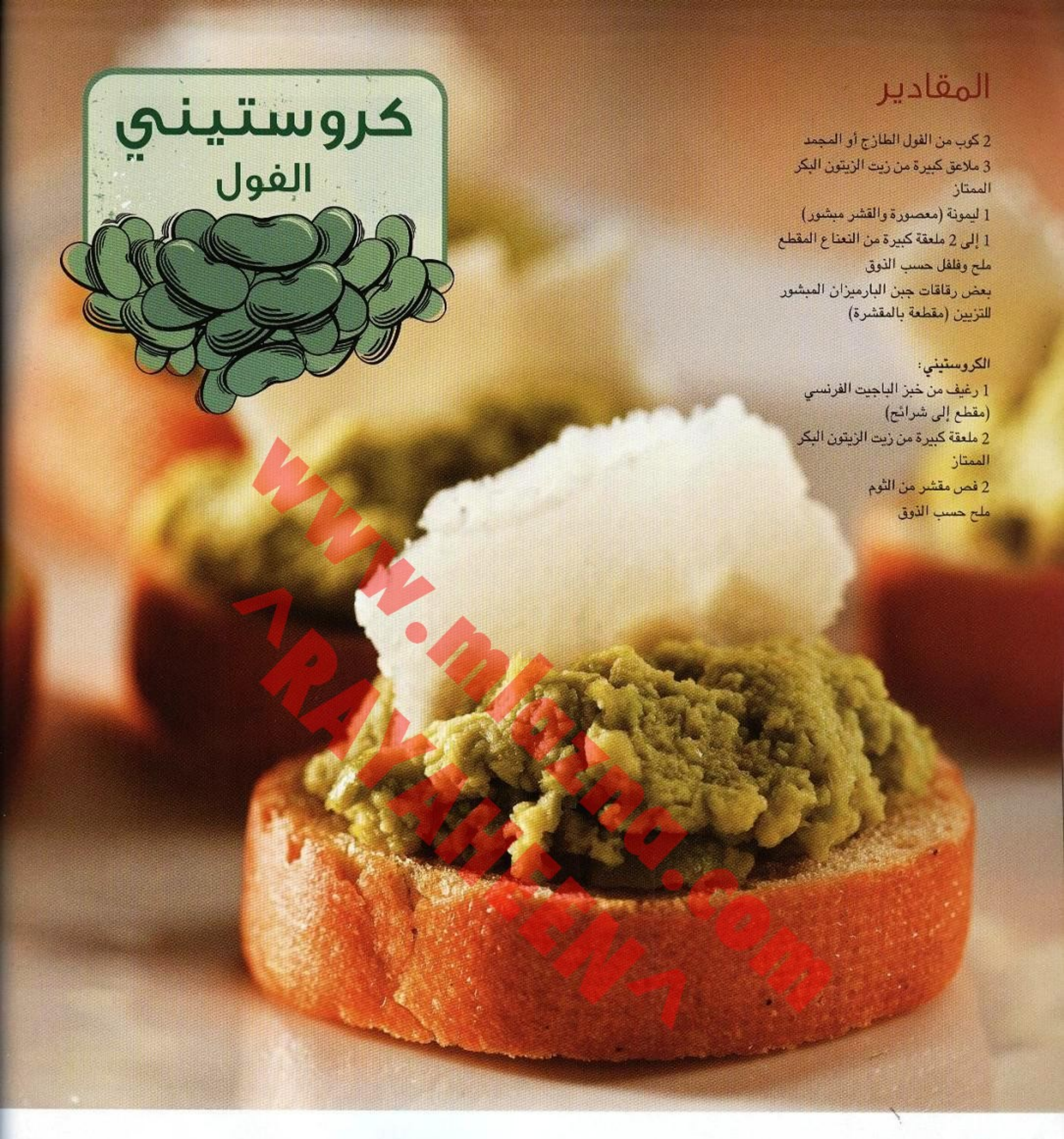


المقادير

- 1½ كوب من الفول الطازج المقشر
- 1 حبة أفوكادو ناضجة
- 1 ملعقة صغيرة من عصير الليمون الحامض
- 1 ملعقة صغيرة من صوص الفلفل الحار
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق

الطريقة

1. يغلى ماء مملح في قدر، ويضاف إليه الفول المقشر ويسلق لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق تقريبًا أو إلى أن يتقشر الفول بسهولة.
2. يصفى الفول من الماء ويترك كي يبرد إلى أن تصبح درجة حرارته محتملة، ويقشر.
3. في وعاء يخلط الفول مع رشة من الملح ويهرس بشوكة.
4. يضاف الأفوكادو وعصير الليمون الحامض ويستمر في الهرس، ثم يتم تذوق الخليط ويضاف الفلفل والملح وصوص الفلفل الحار.
5. يقدم مع الخبز العربي.



كروستيني الفول

المقادير

2 كوب من الفول الطازج أو المجمد
3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 ليمونة (معصورة والقشر مبشور)
1 إلى 2 ملعقة كبيرة من النعناع المقطع
ملح وفلفل حسب الذوق
بعض رقاقات جبن البارميزان المبشور للتزيين (مقطعة بالمقشرة)

الكروستيني:
1 رغيف من خبز الباجيت الفرنسي (مقطع إلى شرائح)
2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
2 فص مقشر من الثوم
ملح حسب الذوق

الطريقة

1. يقطع الخبز إلى شرائح في سمك الإصبع تقريبًا، وتدهن الشرائح بزيت الزيتون وتحمص إلى أن تقرمش وتكتسب اللون البني، ثم تحمص على الوجه الآخر وتفرك بالثوم وترش ببعض الملح، ثم توضع جانبًا.
2. يوضع الفول في قدر ويغلى، ثم يترك لينضج لمدة 5 دقائق، ثم يصفى جيدًا ويبرد تحت ماء بارد، ثم تعتصر حبات الفول من القشر وتوضع في معالج الطعام أو الخلاط.
3. يضاف زيت الزيتون وعصير وبشر قشر الليمون والنعناع والملح والفلفل ويضرب الخليط إلى أن ينعم.
4. يفرد خليط الفول على الكروستيني، وفي النهاية يضاف القليل من الجبن على الوجه ويرش القليل من زيت الزيتون.



المقادير

1 بصلة مقطعة

1 جزرة مقطعة

1 عود كرفس مقطع

⅓ كوب من زيت الزيتون البكر

½ كجم من الطماطم البرقوقية (مقشرة ومقطعة إلى مكعبات)

250 جم من لحم الخاصرة البقري (مقطع إلى مكعبات)

½ كجم من الفول المقشر الطازج

8 أكواب من مرق الدجاج

ملح وفلفل أسود مطحون حديثاً حسب الذوق

3 شرائح من الخبز (مقطعة إلى مكعبات صغيرة الحجم)

الطريقة

1. في قدر يشوح البصل والجزر والكرفس في الزيت إلى أن يصبح البصل شفافاً.
2. تضاف الطماطم واللحم وأخيراً يضاف الفول.
3. يضاف المرق ويطهى الخليط على نار منخفضة الحرارة لمدة 30 دقيقة تقريباً، ويتبل بالملح والفلفل.
4. تحمص مكعبات الخبز في الفرن على درجة حرارة 350 فهرنهايت إلى أن تكتسب اللون الذهبي.
5. تقدم الشوربة مع قطع الخبز المحمص.



ريزوتو الفول

المقادير

- 1 كوب من الفول الطازج أو المجمد
- ¼ كوب من البسطرما المقطعة
- 1¼ كوب من الأرز
- 1 بصلة صغيرة الحجم مقطعة
- 1 عود كرفس مقطع
- 1 ملعقة كبيرة من الزبد
- 4 أكواب من مرق الخضروات
- ملح و فلفل أسود حسب الذوق
- 1 ملعقة كبيرة من الكريمة الطازجة
- 1 ملعقة كبيرة من جبن البارميزان المبشور

الطريقة

1. يسلق الفول في ماء مغلي ويقشر، ثم يوضع جانباً.
2. تحمر البسطرما والبصل والكرفس في الزبد.
3. يضاف الأرز ويضاف المرق بالتدريج مع التقليب المستمر لمدة 20 دقيقة، مع إضافة الفول في الدقائق الخمس الأخيرة من الطهي.
4. بمجرد النضوج يتبل الخليط وتضاف الكريمة الطازجة وجبن البارميزان، ويترك ليستقر لمدة 5 دقائق.



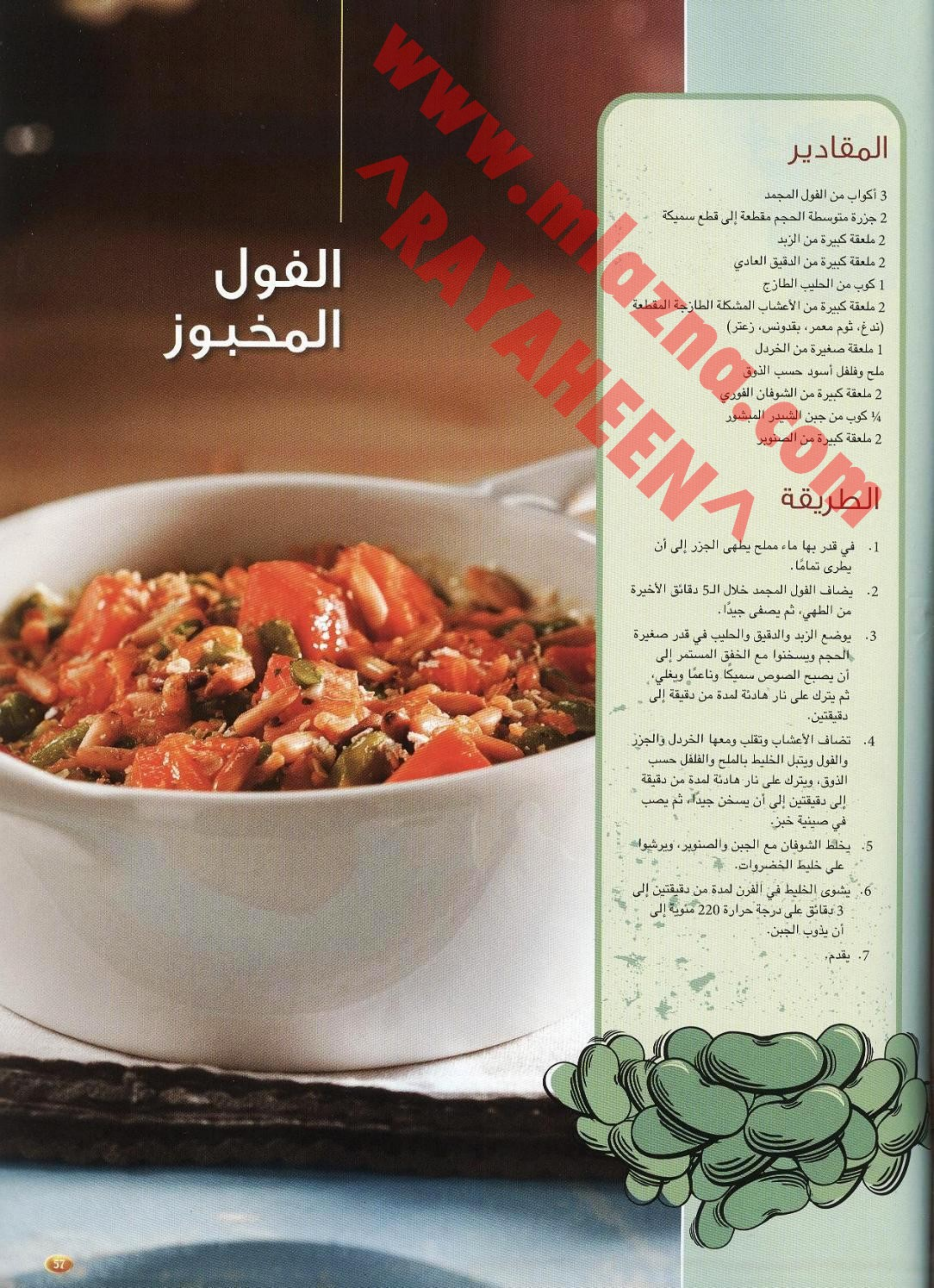
المقادير

1 كوب من الفول المجمد (مذاب)
½ كوب من الزبد
12 ورقة طازجة من القصعين أو الميرمية
2 كوب من البطاطس المهروسة
ملح وفلفل أسود حسب الذوق
½ كوب من جبن البارميزان

الطريقة

1. يذاب الزبد في قدر كبيرة الحجم مضادة للالتصاق على نار متوسطة الحرارة.
2. يضاف الكراث والفول وأوراق القصعين ويشوحوا لمدة 4 دقائق، ثم يوضعوا جانبًا.
3. باستخدام مقصوصة تنقل البطاطس الى طبق التقديم ويوضع فوقه خليط الفول والكراث.
4. تقدم مع جبن البارميزان.

الفول على فراش البطاطس المهروسة



الفول المخبوز

المقادير

3 أكواب من الفول المجمد
2 جزرة متوسطة الحجم مقطعة إلى قطع سميكة
2 ملعقة كبيرة من الزبد
2 ملعقة كبيرة من الدقيق العادي
1 كوب من الحليب الطازج
2 ملعقة كبيرة من الأعشاب المشكلة الطازجة المقطعة (ندغ، ثوم معمر، بقدونس، زعتر)
1 ملعقة صغيرة من الخردل
ملح وفلفل أسود حسب الذوق
2 ملعقة كبيرة من الشوفان الفوري
¼ كوب من جبن الشيدر المبشور
2 ملعقة كبيرة من الصنوبر

الطريقة

1. في قدر بها ماء مملح يطهى الجزر إلى أن يطرى تمامًا.
2. يضاف الفول المجمد خلال الـ5 دقائق الأخيرة من الطهي، ثم يصفى جيدًا.
3. يوضع الزبد والدقيق والحليب في قدر صغيرة الحجم ويسخنوا مع الخفق المستمر إلى أن يصبح الصوص سميكًا وناعمًا ويغلي، ثم يترك على نار هادئة لمدة من دقيقة إلى دقيقتين.
4. تضاف الأعشاب وتقلب ومعها الخردل والجزر والفول ويتبل الخليط بالملح والفلفل حسب الذوق، ويترك على نار هادئة لمدة من دقيقة إلى دقيقتين إلى أن يسخن جيدًا، ثم يصب في صينية خبز.
5. يخلط الشوفان مع الجبن والصنوبر، ويرشوا على خليط الخضروات.
6. يشوى الخليط في الفرن لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق على درجة حرارة 220 مئوية إلى أن يذوب الجبن.
7. يقدم.

شوربة الفول
مع النعناع



المقادير

- 1 ملعقة صغيرة من زيت الزيتون
- 1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة
- ملح وفلفل أسود مطحون حديثًا حسب الذوق
- 2 فص مقطع من الثوم
- 1 ملعقة صغيرة من أوراق إكليل الجبل الطازجة (مقطعة ناعمًا)
- 5 أكواب من مرق الدجاج
- 1 رأس قرنبيط مقطع
- ½2 كوب من الفول المقشر المجمد
- 2 إلى 3 ملاعق كبيرة من عصير الليمون
- ¼ كوب من النعناع الطازج المقطع للتزيين
- كريمة حامضة أو زبادي للتزيين

الطريقة

1. يسخن زيت الزيتون في قدر كبيرة الحجم أو قدر حديدية على نار بين منخفضة ومتوسطة الحرارة.
2. يضاف البصل ويتبل بالملح والفلفل ويطهى مع التقليب المستمر إلى أن يطرى ويكتسب اللون الذهبي.
3. يضاف الثوم وإكليل الجبل ويطهيا لمدة دقيقتين مع التقليب المستمر.
4. يضاف المرق والقرنبيط ويتبلا بالملح والفلفل، وتغطى القدر وتغلى محتوياتها على نار هادئة، وتطهى لمدة 15 دقيقة أو إلى أن يطرى القرنبيط، ثم يضاف الفول ويطهى لمدة من 5 إلى 8 دقائق إضافية أو إلى أن يطرى ويسخن جيدًا.
5. ترفع القدر عن النار ويهرس الخليط باستخدام خلاط يدوي أو يهرس على دفعات في خلاط تقليدي.
6. يوضع الخليط المهروس على نار منخفضة الحرارة، لكن دون أن يغلي وإلا سوف تتناثر الشوربة خارج القدر.
7. تضاف 2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون، ويتم تذوق الخليط وتعديل درجة التتبيل و/أو يضاف المزيد من عصير الليمون، حسب الذوق.
8. تغرف الشوربة في أوعية، وتزين بالزبادي أو الكريمة الحامضة، وترش بالنعناع.

لفائف الفول المهروس

المقادير

- 1 كوب من الفول المقشر الطازج أو المجمد (مسلوق)
- ¾ كوب من جبن البارميزان الطازج المبشور
- فلفل أسود مطحون حديثًا حسب الذوق
- 1 فرخ من عجين الميل فيي المجمد (نصف عبوة، مذاب)
- 1 بيضة كبيرة الحجم مخفوقة قليلاً
- 2 بيضة كبيرة الحجم (مسلوقتان ومقشرتان)
- 8½ كوب من الجرجير
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
- 2 ملعقة صغيرة من الخل البلسمي
- ملح حسب الذوق

الطريقة

1. في معالج الطعام أو الخلاط يهرس الفول مع الجبن و2 ملعقة كبيرة من الماء إلى أن يصبح الخليط ناعمًا وقابلا للفرد، ويضاف المزيد من الماء إذا دعت الحاجة، ويتبل الخليط بالفلفل.
2. على سطح مرشوش بالقليل من الدقيق يوضع فرخ العجين، بحيث يواجه الجانب الطويل الطاهي، ويدهن طرف الجانب البعيد بالبيض المخفوق.
3. يفرد خليط الفول بالتساوي على العجين مع تلافي الجزء المدهون بالبيض، ثم يلف العجين بداية من الجانب الأقرب للطاهي على هيئة أسطوانة ويغلف ببلاستيك شفاف، ثم يوضع في الثلاجة بحيث يكون الطرف إلى أسفل لمدة ساعة على الأقل ولمدة تبلغ يومين.
4. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 400، وتدهن صينية خبز بالقليل من الزيت ويوضع فيها ورق خبز.
5. يقطع العجين بالعرض إلى 12 لفافة عرض الواحدة منها ¾ بوصة، وترص القطع بحيث يكون الجانب المقطوع إلى أسفل في صوان للخبز، وبحيث تفصل بينها مسافة 1 بوصة، ثم تخبز اللفائف على دفعات لمدة من 8 إلى 12 دقيقة للدفعة الواحدة، مع تدوير الصواني في منتصف مدة الخبز، إلى أن تكتسب اللون الذهبي، ثم تنقل إلى رف سلكي كي تبرد.
6. يمرر البيض المسلوق عبر منخل أو مبشرة ناعمة، ويتبل بالملح والفلفل حسب الذوق.
7. يقلب الجرجير مع زيت الزيتون والخل البلسمي ويتبل بالملح والفلفل، ثم يقسم بين أطباق تقديم.
8. تقدم مراوح الفول والبيض المسلوق المفتت على الجرجير.





يخنة الفول

المقادير

3 أكواب من الفول المجمد (مذاب)
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 بصلة كبيرة الحجم مقطعة
1 حبة كوسة كبيرة الحجم مقطعة إلى مكعبات
2 ملعقة كبيرة من الثوم المفروم
2 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
1 ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة
⅛ ملعقة صغيرة من الفلفل الحريف (أو حسب الذوق)
3 أكواب من الطماطم المقطعة إلى مكعبات
¼ كوب من الكزبرة الطازجة المقطعة
3 ملاعق كبيرة من عصير الليمون
كسكس مطهي للتقديم

الطريقة

1. يغلى ماء مملح في قدر كبيرة الحجم، ويضاف إليه الفول ويطهى لمدة من 4 إلى 5 دقائق طبقاً لتعليمات العبوة إلى أن يطرى، ثم يصفى.
2. يسخن الزيت في قدر أخرى كبيرة الحجم على نار متوسطة الحرارة، ويضاف إليه البصل ويطهى مع وضع الغطاء لمدة 3 دقائق تقريباً مع التقليب من حين إلى آخر إلى أن يبدأ في أن يطرى.
3. تضاف الكوسة وتطهى لمدة 3 دقائق إضافية مع وضع الغطاء إلى أن يبدأ البصل في اكتساب اللون البني.
4. يضاف الثوم والكمون والكزبرة المطحونة والفلفل الحريف ويطهوا لمدة 30 ثانية مع التقليب إلى أن تتصاعد رائحة الخليط.
5. تضاف الطماطم ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط لمدة 5 دقائق إلى أن يقل قليلاً.
6. يضاف الفول ويطهى لمدة دقيقتين تقريباً إلى أن يسخن.
7. يرفع الخليط عن النار وتضاف إليه الكزبرة وعصير الليمون.
8. تقدم مع الكسكس.

حلو ومالح يا كريب

يترأى الى بالنا فوراً حين نقول كريب أنّها حلوى نستمتع بها ولكن المفاجأة التي أعدتها لنا الشيف نرمين هي كيفية تحضير أنواع متعددة من الصوص لتنعم بألذ وجبات الكريب من الحلوة المعززة بالشوكولاته الى الكريب كطبق أساسي غنيّة بالدجاج والعديد العديد من الطرق لتتمكن من تقديم الكريب في البيت أفضل من إختصاصيي الكريب



كريب مع صوص الجمبري

المقادير

- ½ كجم من الجمبري
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 1 بصلة مفرومة
- 2 فص مفروم من الثوم
- 2 حبة طماطم مقشرة ومقطعة إلى قطع صغيرة
- 1 كوب من المرق
- ½ كوب من عصير الطماطم
- ملح وفلفل حسب الذوق

الطريقة

1. يوضع الجمبري والزيت في مقلاة ويشوح الجمبري إلى أن يكتسب اللون الوردي، ثم يرفع من المقلاة.
2. في المقلاة ذاتها يضاف البصل والثوم مع الملح والفلفل ويشوحا إلى أن يصبح لون البصل شفافاً، ثم يضاف المرق وعصير الطماطم.
3. يترك الصوص على النار حتى الغليان، ثم يترك على نار هادئة لمدة 10 دقائق.
4. تضاف الطماطم والجمبري ويطهيا لمدة 3 دقائق، ثم يقدم الصوص مع الكريب.

كريب مع صوص الدجاج بالكريمة



المقادير

1 ملعقة من الزبد
1 ملعقة من الزيت
1 ملعقة من الدقيق
4 صدور دجاج
1 بصلة مفرومة
2 فص مفروم من الثوم
1 كوب من مرق الدجاج
1 كوب من الكريمة السائلة
ملح وفلفل حسب الذوق

الطريقة

1. تشوح صدور الدجاج في الزبد والزيت إلى أن تصبح ذهبية اللون، ثم توضع في الفرن إلى أن تنضج تمامًا.
2. في المقلاة ذاتها يوضع البصل والثوم ويقلبا إلى أن يصبح البصل شفافًا، ثم يضاف الدقيق ويقلب جيدًا معهما.
3. يضاف المرق ويقلب إلى أن يذوب فيه الدقيق تمامًا، ثم تضاف الكريمة والملح والفلفل.
4. يترك الصوص على النار لمدة 5 دقائق.
5. يضرب الصوص في الخلاط، ثم يصفى.
6. يقطع الدجاج إلى شرائح ويقدم مع الصوص ومع الكريب.

المقادير

- 2 ملعقة كبيرة من الزيت
- 1 كوب من الجمبري
- 1 بصلة مفرومة
- 2 فص مفروم من الثوم
- 2 ملعقة صغيرة من الزنجبيل المفروم
- 1½ كوب من حليب جوز الهند
- ½ كوب من المرق
- ملح وفلفل حسب الذوق
- ¼ كوب من الكزبرة الخضراء المقطعة
- 1 ملعقة كبيرة من الكاري
- 1 ملعقة كبيرة من الدقيق

الطريقة

1. يشوح الجمبري في الزيت إلى أن يكتسب اللون الوردي، ثم يرفع من المقلاة.
2. يوضع البصل في المقلاة ذاتها ويشوح إلى أن يكتسب اللون الذهبي.
3. يضاف الثوم والزنجبيل والدقيق والكاري ويقلبوا جيداً لمدة دقيقتين.
4. يضاف حليب جوز الهند والمرق والملح والفلفل ويقلبوا، ثم يترك الخليط على نار هادئة لمدة 10 دقائق.
5. يضاف الجمبري ويترك لمدة 3 دقائق أخرى على الموقد.
6. ترفع المقلاة عن النار وتقلب الكزبرة من الصوص، ثم يقدم مع الكريب.

كريب
مع صوص الكاري



كريب
مع صوص الكابوريا

المقادير

- 2 علبة من لحم السلطعون (الكابوريا) مصفاة
- 1 عبوة من جبن الكريمة
- 1 فص مفروم من الثوم
- 1 ملعقة كبيرة من الزبد
- 1 بصلة مفرومة
- ¼ كوب من جبن البارميزان
- 1 ملعقة كبيرة من الخردل
- 1 كوب من الكريمة السائلة
- ملح وفلفل حسب الذوق
- 2 ملعقة كبيرة من الشبث
- 1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون

الطريقة

1. يوضع الزبد والبصل في مقلاة على النار إلى أن يصبح البصل شفافًا، ثم يضاف الثوم والملح والفلفل.
2. تضاف الكريمة السائلة وتقلب إلى أن تبدأ في الغليان.
3. يضاف جبن الكريمة والخردل ويقلبا إلى أن يذوب الجبن في الكريمة.
4. تضاف بقية المقادير وتقلب، ثم يرفع الصوص عن النار ويقدم مع الكريب.



كريب مع صوص الفطر

المقادير

- 2 ملعقة كبيرة من الزبد
- 1 ملعقة كبيرة من الزيت
- 2 عبوة من الفطر الطازج (شرائح)
- 1 كوب من المرق
- 1 كوب من الكريمة السائلة
- ملح وفلفل حسب الذوق
- 1 بصلة مفرومة
- 2 فص مفروم من الثوم

الطريقة

1. يوضع الزبد والزيت والفطر والبصل معًا في مقلاة ويحمر الفطر والبصل إلى أن تجف السوائل تمامًا.
2. يضاف الثوم والملح والفلفل والمرق ويترك الفطر على النار لمدة 5 دقائق.
3. تضاف الكريمة ويترك الصوص على النار لمدة 5 دقائق أخرى.
4. توضع نصف كمية الصوص في الخلاط وتخفق إلى أن تصبح مثل البيوريه، ثم تعاد إلى المقلاة وتخلط جيدًا مع باقي الفطر، ثم يقدم الصوص مع الكريب.



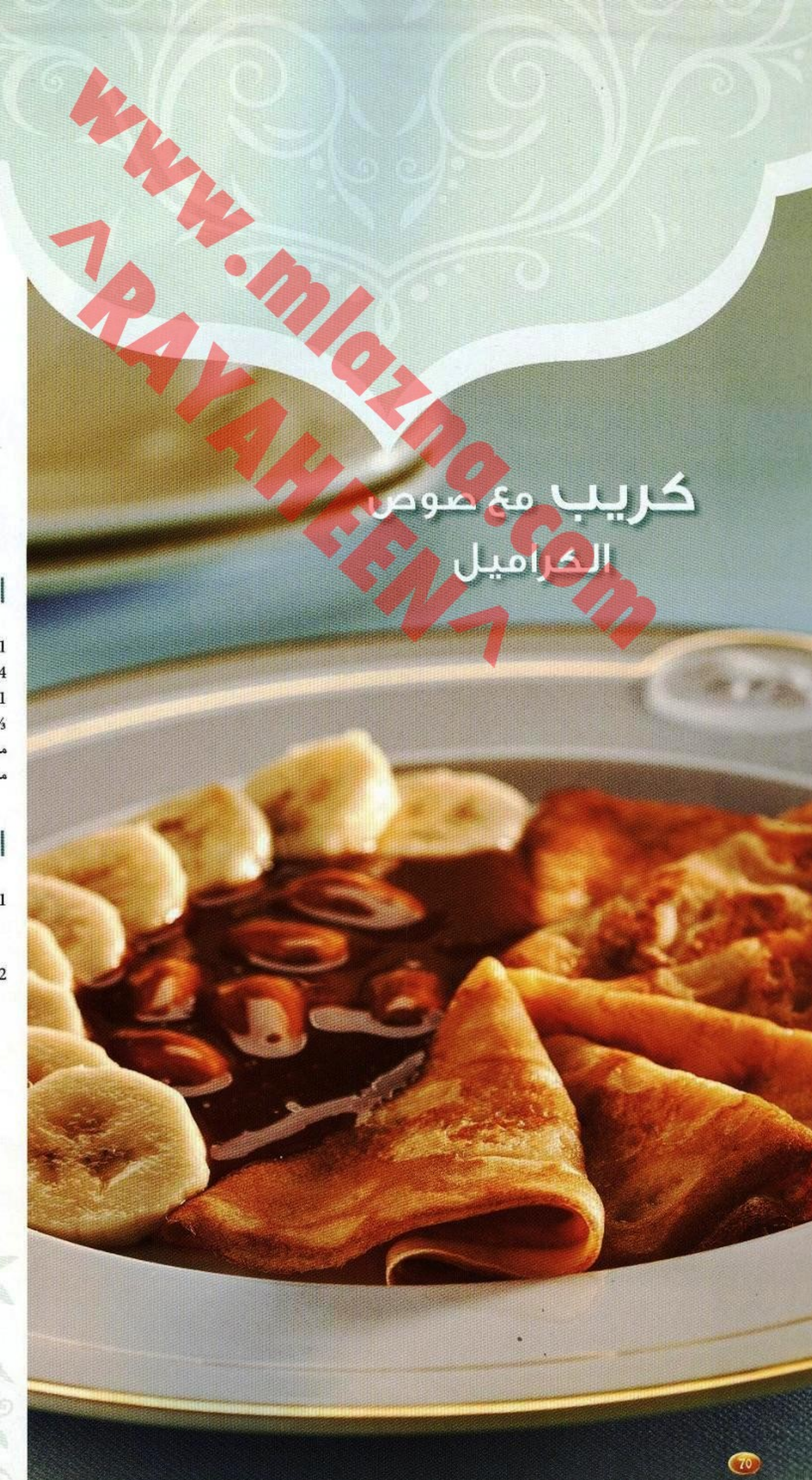
كريب مع صوص السبانخ وجبن الحلوم المشوي

المقادير

3 حزمة سبانخ
2 ملعقة كبيرة زيت زيتون
1 فص ثوم مفروم
ملح حسب الرغبة
½ كوب كريمة خفق
4 شرائح جبن الحلوم
طماطم تشيري مقطعة أرباع

الطريقة

1. يشوح السبانخ في قدر ساخنة مع زيت الزيتون حتى تذبل السبانخ ثم يضاف الملح والثوم.
2. توضع السبانخ وكريمة الخفق في الخلاط ويخفقا معاً ثم يعاد الخليط إلى القدر ويترك حتى الغليان.
3. يشوى جبن الحلوم.
4. يقدم صوص السبانخ مع الكريب وفوقه الجبن مزيناً بالطماطم.



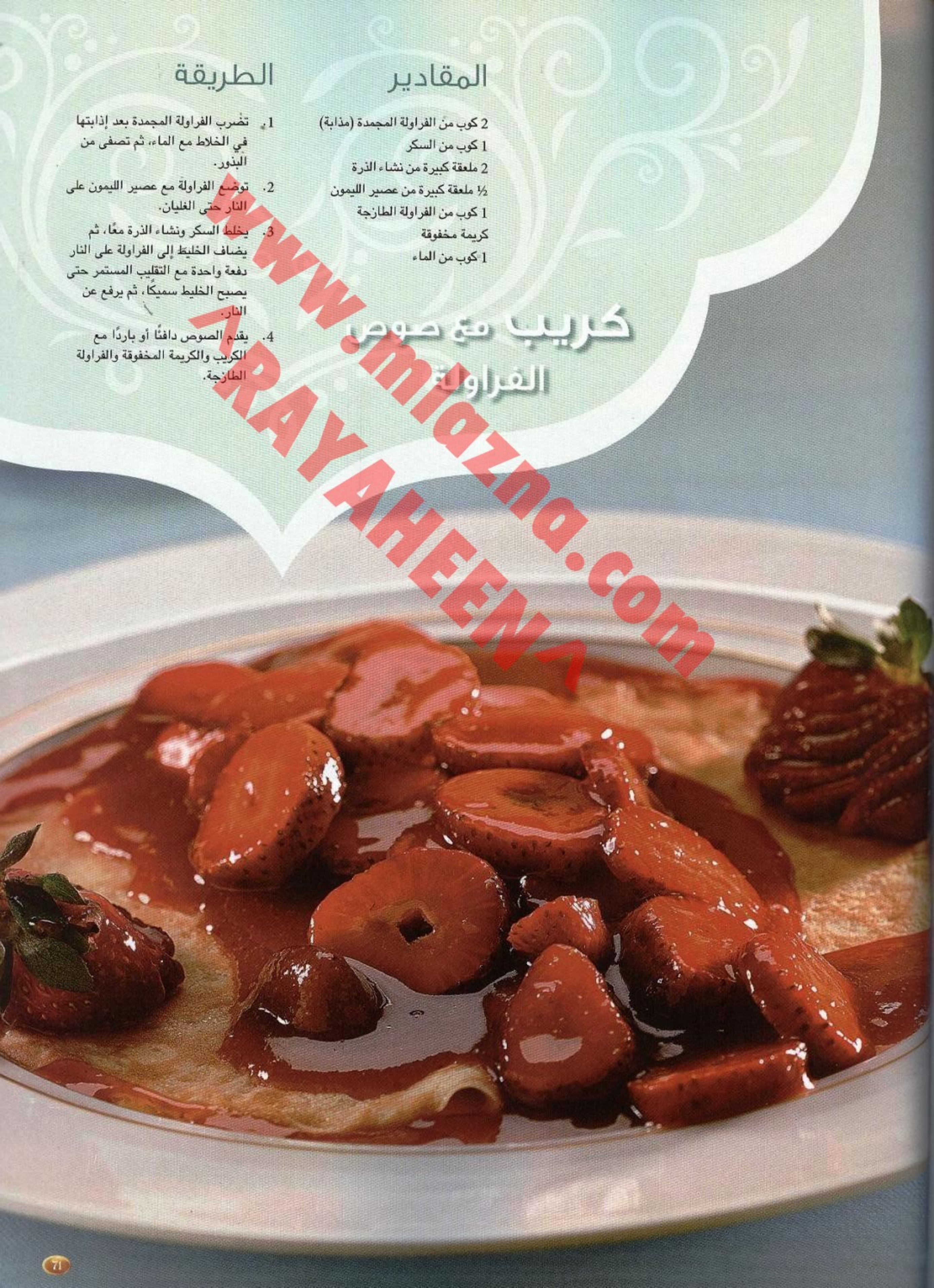
كريب مع صوص الكراميل

المقادير

1 كوب من السكر
4 ملاعق كبيرة من الماء
1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون
⅓ كوب من الكريمة السائلة
موز
مكسرات

الطريقة

1. يطهى الماء والسكر والليمون على نار مرتفعة الحرارة إلى أن يصبح لون الخليط ذهبيًا.
2. يرفع الخليط عن النار وتضاف الكريمة بالتدريج بحرص وتقلب مع الكراميل، ثم يقدم الصوص مع الكريب والمكسرات والموز.



كريب مع صوص الفراولة

المقادير

2 كوب من الفراولة المجمدة (مذابة)
1 كوب من السكر
2 ملعقة كبيرة من نشاء الذرة
½ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
1 كوب من الفراولة الطازجة
كريمة مخفوقة
1 كوب من الماء

الطريقة

1. تضرب الفراولة المجمدة بعد إذابتها في الخلاط مع الماء، ثم تصفى من البذور.
2. توضع الفراولة مع عصير الليمون على النار حتى الغليان.
3. يخلط السكر ونشاء الذرة معًا، ثم يضاف الخليط إلى الفراولة على النار دفعة واحدة مع التقليب المستمر حتى يصبح الخليط سميكًا، ثم يرفع عن النار.
4. يقدم الصوص دافئًا أو باردًا مع الكريب والكريمة المخفوقة والفراولة الطازجة.



كريب مع صوص الموكا

المقادير

- 1½ كوب من الشوكولاتة بالحليب (مذابة)
- 1½ كوب من الكريمة السائلة (ساخنة)
- ¼ كوب من القهوة سريعة الذوبان
- 2 ملعقة صغيرة من الفانيليا
- بندق المكرمل

الطريقة

1. تذاب القهوة في الكريمة الساخنة.
2. تضاف الكريمة الساخنة إلى الشوكولاتة تدريجيًا، مع إضافة الفانيليا.
3. يقدم الصوص مع الكريب والبندق المكرمل

كريب مع صوص الشوكولاتة

المقادير

½1 كوب من الشوكولاتة الداكنة المذابة
½1 كوب من الكريمة السائلة (ساخنة)
2 ملعقة صغيرة من الفانيليا
فراولة
كريمة مخفوقة

الطريقة

1. تضاف الكريمة الساخنة إلى الشوكولاتة تدريجيًا، مع إضافة الفانيليا.
2. يقدم الصوص مع الكريب والفراولة والكريمة المخفوقة.



كريب مع صوص إستوائي

المقادير

- 1 علبة أناناس متوسطة (يتم الإحتفاظ بالعصير)
- 1 علبة حليب جوز الهند
- 2 ملعقة كبيرة نشا
- ¼ كوب سكر
- 2 كيوي مقطع صغيرا
- 1 قشر ليمون أخضر مقطع شرائح رفيعة

الطريقة

1. يوضع عصير الأناناس في قدر على نار عالية ويركز إلى نصف الكمية.
2. يضاف حليب جوز الهند ويقلب ويترك على النار حتى الغليان.
3. يخلط السكر والنشا ويضافا إلى القدر مع التقليب المستمر حتى يثخن الخليط.
4. يضاف الأناناس ويقلب حتى يغلف تماما.
5. يقدم مع الكريب.
6. يزين بالكيوي وقشر الليمون.



كريب مع صوص سوزيت

المقادير

- 2 كوب من عصير البرتقال الطازج
- 1 برتقالة (مقشرة ومقطعة إلى فصوص)
- ¾ كوب من السكر
- بشر 1 برتقالة
- 3 ملاعق كبيرة من الزبد

الطريقة

1. يوضع عصير البرتقال في مقلاة مع السكر وبشر البرتقالة والزبدة إلى أن يصل الخليط إلى النصف.
2. يغمس الكريب في الصوص في المقلاة، ثم يوضع في طبق التقديم، وتكرر العملية حتى نفاد الكريب.
3. تقلب فصوص البرتقال مع الصوص ويصب الصوص على الكريب.


أسرار
الخلطات
السرّية
للوجبات السريعة
هسسسس، لا تفصحوا لأحد
عن هذا السر ولتبقوه بيننا
إذ أننا نشارككم اليوم إثنين
من الأسرار التي أردنا
أن نكشفها لكم عن
الخلطات السرية للأكلات
السريعة والمعروفة
عالمياً.
بيننا إتفاق، جربوها
ولنرى إن لم يظن
من يتذوقها أنكم
أحضرتموها جاهزة!

بيج م.. برجر

المقادير

الصوص:

¼ كوب من تتبيلة سلطة الميريكال ويب
¼ كوب من المايونيز
2 ملعقة كبيرة من تتبيلة السلطة الفرنسية
½ ملعقة كبيرة من الريليش الحلو
2 ملعقة صغيرة من ريليش الشبث المخلل
1 ملعقة صغيرة من السكر
1 ملعقة صغيرة من البصل المجفف المفروم
1 ملعقة صغيرة من الخل الأبيض
1 ملعقة صغيرة من الكاتشب
⅛ ملعقة صغيرة من الملح

بقية المقادير:

1 رغيف من خبز البرجر بالسمسم من الحجم التقليدي
1 رغيف خبز عادي من الحجم التقليدي
2 قرص من اللحم البقري (وزن الواحد 2 أوقية، مفرودان بحجم الخبز)
2 ملعقة كبيرة من صوص البيج ماك
2 ملعقة صغيرة من البصل المعاد تشكيله
1 شريحة من الخبز الأمريكي الحقيقي
2 شريحة من مخلل الهامبرجر
¼ كوب من الخس المبشور

الطريقة

1. لإعداد الصوص، تخلط جميع المكونات معًا قبل ساعة تقريبًا من الاستخدام.
2. للتجميع، يتم التخلص من الجزء العلوي من رغيف الخبز العادي ويتم الاحتفاظ بالقاعدة، ويحمص جانبا القاعدة والجزء الداخلي من رغيف الخبز بالسمسم.
3. يطهى قرصا اللحم البقري بمثل طريقة البرجر العادي.
4. بعد تحميص الخبز، يوضع مقدار 1 ملعقة كبيرة من الصوص في كل قاعدة من الجانب المحمص، ثم يوضع مقدار ⅛ كوب من الخس المبشور في كل واحدة.
5. في قاعدة خبز البرجر توضع شريحة رفيعة من الجبن الأمريكي على الخس، وعلى القاعدة الأخرى في المنتصف توضع شريحتا مخلل فوق الخس.
6. عندما ينضج قرصا اللحم، يوضع واحد منهما على كل جانب من الخبز المجهز.
7. يوضع الجزء الأوسط من الخبز على الجزء الأدنى، ثم يوضع الجزء الأعلى على الوجه.

كولسلو

المقادير

8 أكواب من الكرنب المقطع ناعمًا إلى مكعبات
¼ كوب من الجزر المقطع إلى مكعبات
2 ملعقة كبيرة من البصل المفروم
⅓ كوب من السكر المبرغل
½ ملعقة صغيرة من الملح
⅛ ملعقة صغيرة من الفلفل
¼ كوب من الحليب
½ كوب من المايونيز
¼ كوب من الحليب الرائب
1½ ملعقة كبيرة من الخل الأبيض
2½ ملعقة كبيرة من عصير الليمون

الطريقة

1. يقطع الكرنب والجزر ناعمًا إلى مكعبات.
2. يصب خليط الكرنب والجزر في وعاء كبير الحجم، ثم يضاف البصل المفروم ويقلب.
3. باستخدام شفرة تقليدية لمعالج الطعام تخلط بقية المكونات إلى أن يصبح الخليط ناعمًا.
4. يصب الخليط على خليط الخضروات ويخلط جيدًا معه.
5. يغطى الوعاء ويوضع في الثلاجة لعدة ساعات أو طوال ليلة كاملة قبل التقديم.





رحلة إيطاليّة لاكتشاف الرافيولي بأشكال متنوعة وكلّها جديدة ولنتحرر من الطرق المعتمدة والمعتادة الى إبتكارات شهيّة ومميزة من أطباق الرافيولي. وهنيئاً لكل من يحب تجربة ما هو جديد!



الرافيولي المخبوز مع الجبن



المقادير

2 عبوة مجمدة (وزن 450 جم) من رافيولي اللحم أو السبانخ (مذاب)

2 علبة من صلصة الطماطم

1 ملعقة صغيرة من الريحان المجفف المسحوق

1 ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف المسحوق

¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود الطازج المطحون

1 فص مقشر ومدقوق من الثوم

1 كوب من جبن الموتزاريلا المبشور

¼ كوب من جبن البارميزان المبشور ناعمًا

2 ملعقة كبيرة من الفلفل الرومي الأحمر أو الأخضر أو الأصفر (مقطع ناعمًا إلى مكعبات)

الطريقة

1. تدهن صينية خبز سعتها 1½ لتر بالقليل من الزيت، ثم توضع جانبًا.
2. يغلى بعض الماء في قدر كبيرة الحجم.
3. يضاف الرافيولي إلى الماء ويطهى إلى أن يطرى.
4. يصفى الرافيولي ويشطف قليلاً لمنعه من الالتصاق.
5. يخلط الرافيولي مع الريحان والملح والفلفل والزعتر والثوم وصلصة الطماطم في وعاء.
6. يوضع نصف الخليط في صينية الخبز.
7. يرش بنصف كمية جبن الموتزاريلا وجبن البارميزان.
8. يوضع بقية الرافيولي والجبن.
9. يخبز في الفرن على درجة حرارة 180 مئوية لمدة 20 دقيقة أو إلى أن يسخن تمامًا.
10. يرش الفلفل الرومي على الوجه.



رافيولي الأرضي شوكي



المقادير

عجين المعكرونة:

عجين المعكرونة:

3 بيضات كاملة + 2 بياض بيض

رشة من الملح

1 بيضة مخفوقة

3¼ كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات

الحشو:

1 حبة كراث صغيرة الحجم (مقطعة إلى شرائح رفيعة)

8 حبات من الأرضي شوكي (الخرشوف)

3 ملاعق كبيرة من الزبد المذاب

ملح وفلفل أسود مطحون طازج

2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر

2 بيضة كاملة + 1 صفار بيض

¾ كوب من جبن البارميزان الطازج (مبشور ناعمًا)

الصلصة:

3 ملاعق كبيرة من الزبد

رشة من أوراق الزعتر المقطعة

ملح حسب الذوق

فلفل أسود مطحون حسب الذوق

مسحوق ثوم حسب الذوق

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. في وعاء يخفق البيض الكامل مع بياض البيض.
2. يعجن الدقيق مع البيض ورشة من الملح.
3. يشكل العجين على شكل كرة ويترك كي يستريح مع تغطيته بقطعة قماش رطبة.

الحشو:

1. يغسل الأرضي شوكي ويشذب، وتقطع كل حبة منه إلى 4 فصوص.
2. في مقلاة على نار متوسطة الحرارة يخلط الأرضي شوكي مع الكراث و1½ ملعقة كبيرة من الزبد والملح والفلفل حسب الذوق، ويطهى الخليط ببطء لمدة 15 دقيقة تقريبًا.
3. يهرس الخليط في معالج الطعام أو الخلاط مع زيت الزيتون والبيضتين الكاملتين والصفار وجبن البارميزان.

الرافيولي:

1. يفرد العجين إلى ورقتين رقيقتين.
2. توضع ورقتا الرافيولي موازيتين لبعضهما البعض.
3. تدهنا بالبيضة المخفوقة.
4. يوضع الحشو على الورقة الأولى بمقدار ½ ملعقة صغيرة لكل قطعة وعلى بعد 2 بوصة من بعضه البعض.
5. يستخدم قاطع رافيولي لتقطيعه إلى مربعات مقاس 2 بوصة أو إلى دوائر.
6. يطهى الرافيولي في الكثير من الماء المملح المغلي إلى أن يطفو إلى السطح.
7. يصفى الرافيولي من الماء.

الصلصة:

1. يذاب الزبد في قدر على نار متوسطة الحرارة ومعه بعض الزعتر.
2. يتبل بالملح والفلفل ومسحوق الثوم حسب الذوق.
3. يقدم الرافيولي في طبق مغطى بالزبد المذاب المنكه بالزعتر، ويزين ببعض الفلفل وأوراق الزعتر.



المقادير

عجين المعكرونة:

- 2 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 2 بيضة مخفوقة
- 2 صفار بيض
- 1 بيضة (مخفوقة لدهن العجينن)

الحشو:

- 8 ملاعق كبيرة من الزبد غير المملح
- 2 كوب من القرع الأصفر (مقشر ومقطع إلى قطع بحجم 1 بوصة)
- 2 كوب من الكريمة الثقيلة
- ½ ورقة غار
- 2 ملعقة كبيرة من الميرمية الطازجة (مفرومة)
- 2 ملعقة صغيرة من أوراق الزعتر الطازجة
- 2 بيضة مخفوقة
- ملح حسب الذوق
- فلفل أبيض مطحون حديثًا حسب الذوق

الصلصة:

- 2 كوب من مرق الدجاج
- 2 حبة كراث أندلسي مقطعة
- 6 أوراق سالمية طازجة أو رشة من الميرمية المجففة للتزيين

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. يوضع الدقيق في كومة على سطح عمل أملس، وتعمل فتحة في منتصف كومة الدقيق.
2. تصب البيضتان وصفار البيض في الفتحة.
3. يخلط الدقيق مع البيض ببطء إلى أن يمتزجا جيدًا.
4. ينهى العجن باليد، مع إضافة المزيد من الدقيق إذا كان القوام يحتاج لأكثر.
5. يقسم العجين إلى نصفين، ويفرد كل نصف أو يمرر عبر ماكينة معكرونة إلى أن يصبح رقيقًا.
6. يفرد أكبر عدد ممكن من أوراق المعكرونة.

الحشو:

1. تسخن مقلاة على نار منخفضة الحرارة وتضاف إليها 4 ملاعق من الزبد.
2. عندما يصبح الزبد مزبدًا تضاف مكعبات القرع الأصفر وتطهى.
3. يقلب القرع باستمرار كي لا يلتصق بالمقلاة ويحترق، وإلى أن يطرى ويهترئ.
4. يضاف نصف الكريمة ونصف الأعشاب ويطهى الخليط على نار منخفضة الحرارة إلى أن يصبح سميكًا ويتبخر ما به من سوائل، ويقلب من حين إلى آخر كي لا يحترق.
5. يرفع الخليط عن النار وتضاف إليه 2 ملعقة كبيرة إضافية من الزبد وتخلط تمامًا.
6. يضاف البيض ويخفق.
7. يتبل الخليط بالملح والفلفل.
8. يوضع الخليط جانبًا كي يبرد.

الرافيولي:

1. باستخدام ملعقة صغيرة توضع مقادير متساوية من حشو القرع على العجين المدهون بالبيض بحيث تفصل بينها مساحة 2 بوصة.
2. يغطى الحشو بالورقة الثانية من المعكرونة ويضغط حول الحشو لإغلاق العجين.
3. يستخدم قاطع رافيولي أو سكين حاد لتقطيع الرافيولي.
4. يرش طبق بالسميد ويوضع فيه الرافيولي.
5. يغلى ماء في قدر كبيرة الحجم.
6. يسلق الرافيولي في الماء المغلي لمدة من 4 إلى 5 دقائق، أو إلى أن يطفو على السطح.
7. يرفع الرافيولي من الماء باستخدام ملعقة مقصوصة ويصفى.

الصلصة:

1. في قدر يركز المرق والكراث إلى ½ كوب.
2. تضاف بقية الكريمة وتقلل إلى النصف.
3. على نار منخفضة الحرارة يضاف باقي الزبد ويخفق ببطء.
4. تصفى الصلصة في قدر نظيفة.
5. يضاف باقي الزعتر والميرمية ويتبل الخليط بالملح والفلفل.
6. يضاف الرافيولي إلى الصلصة ويغلى الخليط.
7. يتم تذوق الصلصة وتعدل التتبيلة إذا دعت الحاجة.
8. يقسم الرافيولي بين أوعية شوربة مسخنة وترش عليه الصلصة.
9. يزين ويقدم في الحال.



رافيولي اللحم
في صلصة الزبد والريحان مع الصنوبر

المقادير

عجين المعكرونة:

- 2 كوب من الدقيق
- 2 بيضة
- 2 ملعقة كبيرة من الماء
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 1 بيضة + 2 ملعقة كبيرة من الماء

الحشو:

- 2 كوب من اللحم المفروم
- 3 ملاعق كبيرة من الثوم الطازج المدقوق
- ¼ كوب من البصل المفروم
- ½ ملعقة صغيرة من الريحان
- ½ ملعقة صغيرة من الأوريجانو
- ملح وفلفل حسب الذوق
- 1 كوب من جبن البارميزان
- 1 كوب من جبن الريكوتا

الصلصة:

- 6 ملاعق كبيرة من الزبد
- ⅓ كوب من أوراق الريحان الطازجة (مقطعة إلى شرائح)
- 5 فصوص مفرومة من الثوم
- ¼ كوب من الصنوبر
- 2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. باستخدام عجانة يخلط الدقيق مع البيضتين والـ2 ملعقة كبيرة من الماء وزيت الزيتون إلى أن يتكون العجين، ثم يقسم العجين إلى قطعتين.
2. تفرد كل قطعة على سطح مرشوش بالدقيق إلى مستطيل كبير الحجم.
3. يخفق بقية البيض والماء معًا.
4. يدهن جانب واحد من كل قطعة من المعكرونة بالبيض.

الحشو:

1. يضاف اللحم والثوم والبصل والتوابل والملح والفلفل إلى مقلاة ويطهى الخليط إلى أن يتحمر اللحم، ثم يصفى ويوضع في وعاء كبير الحجم.
2. يضاف الجبن إلى اللحم ويقلب جيداً، ويترك كي يبرد قبل وضعه على المعكرونة.
3. يوضع مقدار 1½ ملعقة صغيرة من الحشو على بعد 2 بوصة على العجين لعمل (شبكة) من الحشو.
4. توضع ورقة المعكرونة الأخرى على الحشو، وتغلق الأجزاء المدهونة بالبيض معًا.
5. يقطع الرافيولي باستخدام سكين أو قاطع رافيولي، ويغلق عن طريق الضغط على الحواف بشوكة، ثم يرش جيداً بالدقيق ويوضع جانبًا.
6. يوضع الرافيولي في ماء مغلي ويطهى لمدة 5 دقائق، وعندما ينضج لما يطفو على السطح يرفع باستخدامممقصوصة ويصفى من مصفاة.

الصلصة:

1. يذاب الزبد في قدر ويضاف إليه الثوم والصنوبر.
2. يطهى الثوم والصنوبر لمدة دقيقتين بعد ذوبان الزبد، ويراعى ألا يتحمر الثوم.
3. يضاف الريحان ويطهى لمدة دقيقة، ثم يرفع الخليط عن النار ويضاف عصير الليمون.
4. يوضع الرافيولي في طبق ويقلب مع الصلصة.
5. يزين بأعشاب إضافية حسب الرغبة.

رافيولي السلمون المدخن



المقادير

عجين المعكرونة:

- 2 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 2 بيضة مخفوقة
- 2 صفار بيض

الحشو:

- 1 قطعة من السلمون المدخن
- 2 بيضة
- 1 كوب من الكريمة الثقيلة (لعمل الموس)
- 2 ملعقة صغيرة من أوراق الثوم المعمر الطازجة (مقطعة)
- ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون الطازج
- 1 بيضة مخفوقة
- 2 كوب من جبن الإمنتال المبش ور
- 1 كوب من الكريمة الثقيلة (للصلصة)

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. يوضع الدقيق في كومة على سطح عمل أملس، وتعمل فتحة في منتصف كومة الدقيق.
2. تصب البيضتان وصفار البيض في الفتحة.
3. يخلط الدقيق مع البيض ببطء إلى أن يمتزجا جيدًا.
4. ينهى العجن باليد، مع إضافة المزيد من الدقيق إذا كان القوام يحتاج لأكثر.
5. يقسم العجين إلى نصفين، ويفرد كل نصف أو يمرر عبر ماكينة معكرونة إلى أن يصبح رقيقًا.
6. يفرد أكبر عدد ممكن من أوراق المعكرونة.

الحشو:

1. يهرس السلمون المدخن والبيضتان معًا إلى أن يتكون خليط ناعم.
2. يضاف الـ1 كوب من الكريمة الثقيلة ببطء، ومعه أوراق الثوم المعمر المقطعة والفلفل ويخلطوا جيدًا.

الرافيولي:

1. يجهز سطح أملس مرشوش بالدقيق وتفرد عليه المعكرونة.
2. يقسم حشو السلمون المدخن إلى حصص متساوية توضع متباعدة على مسافة 2 بوصة على إحدى أوراق المعكرونة.
3. يدهن البيض المخفوق على المعكرونة فيما بين قطع الحشو.
4. يغطى الحشو بورقة المعكرونة الأخرى ويقطع الرافيولي إلى الشكل المرغوب.
5. يغلى ماء مملح قليلاً في قدر كبيرة الحجم، ويضاف إليه الرافيولي ويطهى لمدة 6 دقائق.
6. يصفى الرافيولي جيدًا.
7. في تلك الأثناء، في قدر صالحة لدخول الفرن يسخن 1 كوب من جبن الإمنتال مع الكوب الآخر من الكريمة الثقيلة إلى أن يذوب الجبن.
8. يضاف الرافيولي إلى الصلصة ويرش بقية الجبن على الوجه.
9. يوضع في الفرن على درجة حرارة 230 مئوية إلى أن يتحمر الجبن قليلاً.
10. يقدم الرافيولي في طبق دافئ.

رافيولي الفطر في صلصة البستو الكريمي



المقادير

عجين المعكرونة:

1 كوب من الدقيق
1 بيضة
1 ملعقة كبيرة من الماء
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 بيضة + 2 ملعقة كبيرة من الماء

حشو المشروم:

4 أكواب من الفطر المشكل (مفروم)
1 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 حبة مفرومة من الكراث الأندلسي
¼ ملعقة صغيرة من الملح
⅛ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
1 كوب من جبن الريكوتا
3 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم

صلصة البستو الكريمي:

1 برطمان (1 كوب) من البستو الجاهز
½ كوب من كريمة الطهي
1 ملعقة صغيرة من الزبد
ملح حسب الذوق
فلفل أسود حسب الذوق
جبن بارميزان للتزيين (مبشور)
1 حبة طماطم للتزيين (مقطعة)

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. باستخدام عجانة يخلط الدقيق مع البيضتين والـ1 ملعقة كبيرة من الماء وزيت الزيتون إلى أن يتكون العجين، ثم يقسم العجين إلى قطعتين.
2. تفرد كل قطعة على سطح مرشوش بالدقيق إلى مستطيل كبير الحجم.
3. يخلط بقية البيض والماء معًا باستخدام خفاقة ويدهن جانب واحد من كل قطعة من المعكرونة بالبيض.

حشو المشروم:

1. في مقلاة على نار بين متوسطة ومرتفعة الحرارة يشوح الفطر والكراث في الزبد وزيت الزيتون إلى أن تخرج العصارة كلها من الفطر.
2. يستمر في الطهي إلى أن تتبخر العصارة كلها.
3. بمجرد نضوج الفطر يرفع عن النار ويترك كي يبرد قليلاً، ثم تخلط بقية المكونات معه جيدًا، ثم يصبح الحشو جاهزًا.
4. يوضع مقدار 1½ ملعقة صغيرة من الحشو على بعد 2 بوصة على العجين لعمل (شبكة) من الحشو.
5. توضع ورقة المعكرونة الأخرى على الحشو، وتغلق الأجزاء المدهونة بالبيض معًا.
6. يقطع الرافيولي باستخدام سكين أو قاطع رافيولي، ويغلق عن طريق الضغط على الحواف بشوكة، ثم يرش جيدًا بالدقيق ويوضع جانبًا.
7. يوضع الرافيولي في ماء مغلي ويطهى لمدة 5 دقائق، وعندما ينضج لما يطفو على السطح يرفع باستخدامقصوصة ويصفى من مصفاة.

الصلصة:

1. في قدر على نار متوسطة يذاب الزبد وتضاف إليه الكريمة.
2. يغلى الخليط ويضاف البستو وتخفض درجة الحرارة ويقلب جيدًا مع الكريمة.
3. تتبل الصلصة بالملح والفلفل، ويضاف إليها الرافيولي ويقلب فيها كي تغطيه.
4. يرفع عن النار ويوضع في أطباق تقديم ويزين بجبن البارميزان المبشور.



رافيولي الخوخ

المقادير

عجين المعكرونة:

2 كوب من الدقيق
1 كوب من الماء
1 بيضة مخفوقة

الحشو:

1 عبوة (وزن 200 جم) من جبن الكريمة
2 ملعقة صغيرة من الزبد غير المملح (مطرى)
2 ملعقة كبيرة من السكر المبرغل
1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
2 كوب من الخوخ المعلب (مصفى ومقطع ناعمًا إلى مكعبات)

صلصة الخوخ:

1½ كوب من الخوخ المعلب (مصفى)
½ كوب من الكريمة
سكر بودرة للتزيين

الطريقة

الحشو:

1. يخلط جبن الكريمة مع الزبد والسكر ومستخلص الفانيليا، ثم يضاف الخوخ المقطع ويقلب، ثم يوضع الخليط في الثلاجة.

تشكيل العجين:

1. يخرج العجين من الثلاجة ويقسم إلى 24 حصة متساوية.
2. على سطح نظيف تفرد قطعة من العجين إلى مستطيل رقيق، ثم توضع 12 حصة (بمقدار 1 ملعقة صغيرة للواحدة) من الحشو على قطعة العجين على مسافات متساوية مع ترك مساحة بين الحصة والأخرى، ويدهن البيض حول كل حصة من الحشو.
3. توضع قطعة أخرى من العجين المفرود ويضغط عليها جيدًا لإخراج أي هواء وضمان إغلاق محكم.
4. باستخدام قاطع رافيولي يقطع الرافيولي ويوضع في صينية خبز مرشوشة بالدقيق.
5. تكرر العملية ذاتها مع بقية العجين والحشو.

الصلصة:

1. يهرس الخوخ في الخلاط.
2. يوضع الخوخ المهروس في قدر ويخلط مع الكريمة ويغلى الخليط، ثم يترك على نار هادئة لمدة 5 دقائق.

الرافيولي:

1. يحمر الرافيولي في الزيت الساخن لمدة 20 ثانية تقريبًا إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي، ثم يصفى ويحفظ دافئًا حتى التقديم.

التقديم:

1. يوضع مقدار مغرفة من الصلصة في طبق مدفأ، وتوضع عليه 6 قطع من الرافيولي، ويزين بالسكر المطحون.

رافيولي الشوكولاتة

المقادير

عجين المعكرونة:

- 2½ كوب من الدقيق
- 5 بيضات كبيرة
- ½ كوب من السكر المطحون
- 2 ملعقة كبيرة من مسحوق الكاكاو
- 1 بياض بيض

الحشو:

- 1¾ كوب من جبن الريكوتا
- ¼ كوب من جوز الهند المجفف
- 1 ملعقة كبيرة من كريمة جوز الهند

للتقديم:

- قشدة
- شراب فراولة

الطريقة

1. توضع مكونات المعكرونة في معالج الطعام وتخلط إلى أن تتكون كرة ناعمة من العجين، ثم توضع الكرة جانبًا لمدة من 15 إلى 20 دقيقة.
2. بعد هذا يفرد العجين تبعًا للطريقة المفضلة إلى أوراق طويلة، سواء باستخدام نشابة أو ماكينة معكرونة.
3. ينظف معالج الطعام، ثم توضع مكونات الحشو وتخلط قليلاً، ثم توضع جانبًا.
4. باستخدام قاطع رافيولي أو عجلة بيتزا أو سكين حاد يقطع عجين المعكرونة إلى مربعات كبيرة الحجم.
5. يوضع مقدار 1 ملعقة صغيرة من الحشو على العجين، وتدهن حواف كل مربع ببياض البيض، ثم يوضع مربع آخر على الحشو، وتغلق الحواف بحذر، ويراعى إغلاق الرافيولي بإحكام كي لا يخرج الحشو منه أثناء الغلي.
6. يوضع الرافيولي في قدر كبيرة الحجم بها 1 لتر من الماء المغلي على الأقل مع القليل من الزيت ويطهى لمدة من 8 إلى 10 دقائق، ثم يرفع من الماء المغلي باستخدام مقصوصة، ثم يقلب في القليل من الزيت بحذر.
7. للتقديم، يوضع الرافيولي في طبق تقديم ويرش ببعض شراب الفراولة وملعقة من القشدة.



رافيولي الدجاج

المقادير

عجين المعكرونة:

1 كوب من الدقيق
1 بيضة
1 ملعقة كبيرة من الماء
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 بيضة
2 ملعقة كبيرة من الماء

حشو الدجاج:

¾ كوب من الدجاج (مطبوخ ومقطع)
⅛ كوب من الكريمة الثقيلة
¼ كوب من السبانخ (مطبوخة ومقطعة)

الصلصة:

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 كوب من مرق الدجاج
½ كوب من الكريمة الثقيلة
½ كوب من صلصة الطماطم
1 ورقة غار
2 حبة كراث أندلسي (مقطعتان إلى مكعبات)
1 ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف
جبن بارميزان مبشور للتزيين

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. باستخدام عجانة يخلط الدقيق مع البيضة و1 ملعقة كبيرة من الماء وزيت الزيتون إلى أن يتكون العجين، ثم يقسم إلى قطعتين.
2. تفرد كل قطعة على سطح مرشوش بالدقيق إلى مستطيل كبير الحجم.

الحشو:

1. يخلط الدجاج المطبوخ مع مكونات الحشو جيدًا.
2. تخفق البيضة وملعقتي الماء معًا.
3. يدهن جانب واحد من كل قطعة من المعكرونة بالبيض.
4. يوضع مقدار ½1 ملاعق صغيرة من الحشو على بعد 2 بوصة على العجين لعمل (شبكة) من الحشو، ثم توضع ورقة المعكرونة الأخرى على الحشو، وتغلق الأجزاء المدهونة بالبيض معًا.
5. يقطع الرافيولي باستخدام سكين أو قطاعة رافيولي ويغلق عن طريق الضغط على الحواف بشوكة، ثم يرش جيدًا بالدقيق ويوضع جانبًا.
6. يسلق الرافيولي في ماء مغلي لمدة 5 دقائق، وعندما ينضج لما يطفو على السطح يرفع باستخدام مقصوصة ويوضع جانبًا.

الصلصة:

1. في قدر على نار متوسطة الحرارة يشوح الكراث مع بعض الفلفل الأسود المطحون وورقة الغار.
2. يضاف مرق الدجاج وصلصة الطماطم ويركز إلى ¼ كوب تقريبًا.
3. ترفع ورقة الغار وتضاف الكريمة والزعتر.
4. يقلب الخليط ويركز إلى أن يصبح قوام الصلصة سميكًا جدًا.
5. للتقديم، يوضع الرافيولي على طبق وترش عليه بعض الصلصة.
6. يوضع جبن البارميزان المبشور على الوجه.





الرافيولي المحمر مع صلصة المارينارا



المقادير

عجين المعكرونة:

2 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات

2 بيضة مخفوقة

2 صفار بيض

حشو الجبن:

6 أكواب من جبن الريكوتا

4 بيضات

½ كوب من جبن البارميزان المبشور

ملح وفلفل وبقدونس حسب الذوق

التغليف:

2 ملعقة كبيرة من الحليب الطازج

1 بيضة

¾ كوب من البقسماط الإيطالي المتبل

3 أكواب من الزيت النباتي للقلي

1 ملعقة كبيرة من جبن البارميزان المبشور

الصلصة:

2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

1 بصلة متوسطة مقطعة

2 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم

2 كوب من الطماطم المسحوقة

1 ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف

1 ملعقة صغيرة من الريحان المجفف

1 ورقة غار كاملة

½ ملعقة صغيرة من السكر

ملح وفلفل حسب الذوق

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. يوضع الدقيق في كومة على سطح عمل أملس.
2. تعمل فتحة في منتصف كومة الدقيق.
3. تصب البيضتان وصفار البيض في الفتحة.
4. يخلط الدقيق مع البيض ببطء إلى أن يمتزجا جيدًا.
5. ينهى العجن باليد، مع إضافة المزيد من الدقيق إذا لزم.
6. يقسم العجين إلى نصفين، ويفرد كل نصف أو يمرر عبر ماكينة معكرونة إلى أن يصبح رقيقًا.

الصلصة:

1. على نار متوسطة الحرارة يسخن الزيت في قدر كبيرة الحجم، ثم يضاف إليه البصل والثوم ويشوحا لمدة من 3 إلى 5 دقائق إلى أن يبدأ البصل في أن يصبح شفافًا.
2. تضاف الطماطم وتقلب كي تختلط النكهات، ثم تضاف الأعشاب وورقة الغار.
3. يضاف السكر والملح والفلفل، ثم تخفض درجة الحرارة ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 30 دقيقة دون غطاء مع التقليب بين الحين والآخر.

الحشو:

1. تخلط جميع المكونات في وعاء، ثم يوضع الحشو على ورقة المعكرونة بمقدار 1½ ملعقة صغيرة لكل قطعة، وعلى بعد 2 بوصة بين القطعة والأخرى.
2. توضع ورقة المعكرونة الأخرى على الحشو، ويضغط عليها برفق حول كل قطعة حشو.
3. يستخدم قاطع رافيولي لقطع الرافيولي إلى الشكل المفضل.

التغليف والطهي:

1. في وعاء صغير الحجم يخلط الحليب مع البيض.
2. في وعاء مسطح يوضع البقسماط والملح.
3. يغمس الرافيولي في خليط الحليب، ثم يغطى بالبقسماط.
4. يصب الزيت النباتي في قدر على عمق 2 بوصة.
5. يسخن الزيت على نار منخفضة الحرارة إلى أن يبدأ في أن يئز.
6. تحمر قطع قليلة من الرافيولي في المرة الواحدة لمدة دقيقة على كل جانب، أو إلى أن تكتسب اللون البني الذهبي.
7. يصفى الرافيولي على مناشف ورقية.
8. يرش جبن البارميزان على الرافيولي.
9. يقدم مع الصلصة.



رافيولي السبانخ

المقادير

عجين المعكرونة:

1 كوب من الدقيق
1 بيضة
1 ملعقة كبيرة من الماء
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر الممتاز
1 بيضة + 2 ملعقة كبيرة من الماء

حشو السبانخ:

1 كوب من السبانخ (مصفاة، مقطعة، مطبوخة)
2 بيضة مخفوقة قليلاً
¼ كوب من جبن البارميزان المبشور
2 ملعقة كبيرة من البقدونس المقطع ناعمًا
⅓ كوب من البقسماط الناعم الجاف
¼ ملعقة صغيرة من الملح
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل

الصلصة:

2 كوب من الطماطم الحمراء (مقطعة إلى مكعبات)
2 فص مفروم من الثوم
1 ملعقة كبيرة من أوراق الريحان الطازجة (مقطعة إلى شرائح)
½ كوب من مرق الدجاج
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون البكر
ملح حسب الذوق
فلفل أسود مطحون حسب الذوق
جبن بارميزان مبشور للتزيين

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. باستخدام عجانة يخلط الدقيق مع البيضة و1 ملعقة كبيرة من الماء وزيت الزيتون إلى أن يتكون العجين.
2. يقسم العجين إلى قطعتين.
3. تفرد كل قطعة على سطح مرشوش بالدقيق إلى مستطيل كبير الحجم.
4. يخلط بقية البيض والماء معًا باستخدام خفاقة.
5. يدهن جانب واحد من كل قطعة من المعكرونة بالبيض.
6. حشو السبانخ:
7. تخلط جميع مكونات الحشو معًا جيدًا في وعاء.

الرافيولي:

1. يوضع مقدار 1½ ملعقة صغيرة من الحشو على بعد 2 بوصة على العجين لعمل (شبكة) من الحشو، ثم توضع ورقة المعكرونة الأخرى على الحشو، وتغلق الأجزاء المدهونة بالبيض معًا.
2. يقطع الرافيولي باستخدام سكين أو قاطع رافيولي.
3. يغلق الرافيولي عن طريق الضغط على الحواف بشوكة.
4. يرش جيدًا بالدقيق ويوضع جانبًا.
5. يوضع الرافيولي في ماء مغلي ويطهى لمدة 5 دقائق، وعندما ينضج لما يطفو على السطح يرفع باستخدامقصوصة ويوضع جانبًا.

الصلصة:

1. في قدر ساخنة على نار عالية يضاف الثوم إلى الزيت ويشوح إلى أن تتصاعد رائحته.
2. تضاف الطماطم ومرق الدجاج ويغلى الخليط.
3. يضاف الملح والفلفل حسب الذوق، ويطهى الخليط على نار هادئة لمدة 12 دقيقة.
4. تضاف أوراق الريحان وتقلب، ويرفع الخليط عن النار.
5. يوضع الرافيولي في أطباق تقديم.
6. ترش الصلصة بالملعقة عل الرافيولي، ويضاف جبن البارميزان المبشور على الوجه.

المقادير

عجين المعكرونة:

- 2 كوب من الدقيق متعدد الاستخدامات
- 2 بيضة مخفوقة
- 2 صفار بيض
- 1 بيضة + 1 ملعقة كبيرة من الماء

الحشو:

- 1 عبوة من كرات اللحم الجاهزة
- 1½ كوب من جبن البارميزان

الشوربة:

- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 1 بصلة حمراء صغيرة مقطعة
- 2 فص مفروم من الثوم
- ½ عود مقطع من الكرفس
- 1 جزرة متوسطة مقطعة إلى مكعبات
- 4 أكواب من مرق الدجاج
- 1 كوب من السبانخ الصغيرة
- ملح وفلفل حسب الذوق
- جبن بارميزان مبشور للتزيين

الطريقة

عجين المعكرونة:

1. باستخدام عجانة تخلط أول 3 مكونات معًا إلى أن يتشكل العجين، ثم يقسم إلى قطعتين.
2. تفرد كل قطعة على سطح مرشوش بالدقيق إلى مستطيل كبير الحجم.
3. تخلط البيضة والماء معًا باستخدام خفاقة.
4. يدهن جانب واحد من كل قطعة من المعكرونة بالبيض.

الحشو:

1. على سطح نظيف توضع كرات اللحم في واحدة من ورقتي المعكرونة مع رشة من الجبن المبشور، ويراعى وجود مسافة مناسبة بين كرات اللحم من أجل الإغلاق.
2. تدهن المساحة بين كرات اللحم بالبيض، ثم توضع ورقة المعكرونة الأخرى على الحشو، وباستخدام الأصابع يغلق العجين على الرافيولي ويحاول طرد أكبر قدر ممكن من الهواء.
3. باستخدام سكين حاد يقطع الرافيولي إلى مربعات أو دوائر، ثم يسلق في ماء مملح مغلي مع بعض الزيت إلى أن ينضج.

الشوربة:

1. في قدر كبيرة الحجم يشوح الثوم والبصل في زيت الزيتون إلى أن تتصاعد رائحتهما.
2. يضاف الكرفس والجزر ويقلبا قليلاً، ثم يضاف مرق الدجاج ويغلى الخليط.
3. يضاف الرافيولي إلى المرق المغلي ويستمر في الغليان لمدة 5 دقائق.
4. يتبل الخليط بالملح والفلفل، ثم تضاف السبانخ الصغيرة وتترك على نار هادئة لمدة دقيقتين أو إلى أن تذبل.
5. يرفع عن النار ويقدم مزينًا بجبن البارميزان المبشور.



شوربة رافيولي كرات اللحم

المقادير

- 1 عبوة (وزن 500 جم) من رافيولي الجبن الجاهز
- 3 ملاعق كبيرة من الزبد المملح
- 1 كوب من شرائح الفطر الطازج
- 4 فصوص مفرومة من الثوم
- 1½ كوب من كريمة الطهي
- ½ كوب + 2 ملعقة كبيرة من جبن البارميزان الطازج (مبشور)
- 2 بصلة خضراء مقطعة ناعمًا
- ¼ ملعقة صغيرة من رقائق الفلفل الأحمر الحار المسحوقة (حسب الذوق)

الطريقة

1. يغلى بعض الماء في قدر كبيرة الحجم.
2. يضاف الرافيولي ويطهى لمدة من 6 إلى 8 دقائق أو إلى أن ينضج ، ثم يصفى.
3. يذاب الزبد في مقلاة على نار متوسطة الحرارة.
4. يضاف الفطر والثوم ويطهيا إلى أن يطريا.
5. لعمل صلصة الألفريدو، تسخن الكريمة مع ½ كوب من البارميزان إلى أن يذوب الجبن.
6. يقلب الرافيولي في الصلصة حتى تغطيه في قدر متوسطة الحجم على نار منخفضة الحرارة.
7. يضاف الفطر والثوم ويقلبا.
8. يقلب الخليط إلى أن تسخن الصلصة.
9. يزين بجبن البارميزان المتبقي والبصل الأخضر والفلفل الأحمر.
10. يقدم.



رافيولي ألفريدو مع الفطر



الذرة المخبوزة

المقادير

- 1 كوب من البصل المقطع
- 1 كوب من الفلفل الأخضر أو الأحمر الحلو المقطع
- 2 ملعقة كبيرة من الزبد
- 3 ملاعق كبيرة من الدقيق
- 2 كوب من الحليب قليل الدسم
- 2 بيضة مضروبة قليلاً
- 2 عبوة (وزن 400 جم) من حبات الذرة كاملة الحبة المجمدة (مذابة ومصفاة)
- 2 كوب من البقسماط الناعم
- ¾ ملعقة صغيرة من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- زيت نباتي لدهن صينية الخبز

الطريقة

1. تدهن صينية خبز بالقليل من الزيت النباتي وتوضع جانبًا.
2. في قدر متوسطة الحجم يطهى البصل والفلفل الحلو في 4 ملاعق صغيرة من الزبد لمدة 5 دقائق تقريبًا، أو إلى أن يطريا.
3. يضاف الدقيق ويقلب إلى أن يغطي الخضروات، ثم يضاف الحليب دفعة واحدة، ويطهى الخليط مع التقليب إلى أن يصبح سميكًا وتخرج منه فقاقيع، ثم يرفع عن النار ويوضع جانبًا.
4. في وعاء كبير الحجم يقلب البيض مع الذرة المذابة و 1 كوب من البقسماط والملح والفلفل الأسود، ثم يضاف خليط الحليب ويقلب.
5. يوضع الخليط في صينية الخبز المجهزة.
6. في قدر صغيرة الحجم يذاب بقية الزبد ويقلب فيه بقية البقسماط حتى يغطيه، ثم يرش على خليط الذرة.
7. يخبز خليط الذرة دون وضع غطاء في الفرن على درجة حرارة 170 مئوية لمدة من 40 إلى 45 دقيقة إلى أن يبدو المنتصف مستقرًا، ثم يترك كي يستريح لمدة 10 دقائق قبل التقديم.



شوربة الجزر والشبث

المقادير

- 4 أكواب من شرائح الجزر المجمدة
- 1 بصلة كبيرة الحجم مقطعة
- ¼ كوب من الزبد
- 5 أكواب من مرق الدجاج
- ½ كوب من الأرز الأبيض طويل الحبة (غير مطبوخ)
- ¼ كوب من الشبث الطازج المقطع
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق

الطريقة

1. في قدر سعتها 2 لتر يطهى الجزر والبصل في الزبد الساخن إلى أن يطرى البصل.
2. يضاف المرق والأرز ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويترك الخليط كي ينضج لمدة 45 دقيقة مع وضع الغطاء.
3. يترك الخليط كي يبرد قليلاً، ثم يوضع ثلث الشوربة في الخلاط في المرة ويغطى الخلاط وتهرس محتوياته إلى أن تنعم.
4. يضاف الشبث ويقلب، وتتبل الشوربة بالملح والفلفل الأسود حسب الذوق.
5. تقدم في الحال.



الملوخية بالدجاج

المقادير

- ½ كجم من الدجاج المقطع إلى قطع
- 1 عبوة (وزن 500 جم) من الملوخية المجمدة
- 6 فصوص مقطعة من الثوم
- 1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة
- 4 أكواب من مرق الدجاج
- 2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق
- فصوص ليمون وأرز مطبوخ للتقديم

الطريقة

1. في قدر ساخنة بها زيت الزيتون يشوح الثوم والبصل إلى أن تتصاعد رائحتهما.
2. يضاف الدجاج ويحمر إلى أن يكتسب اللون البني الذهبي.
3. تضاف الملوخية، ولا داعي لتذويبها، حيث إنها سوف تذوب في القدر.
4. يضاف مرق الدجاج ويغلى الخليط، ثم يترك كي ينضج على نار هادئة لمدة 30 دقيقة.
5. تقدم مع فصوص الليمون والأرز المطبوخ.



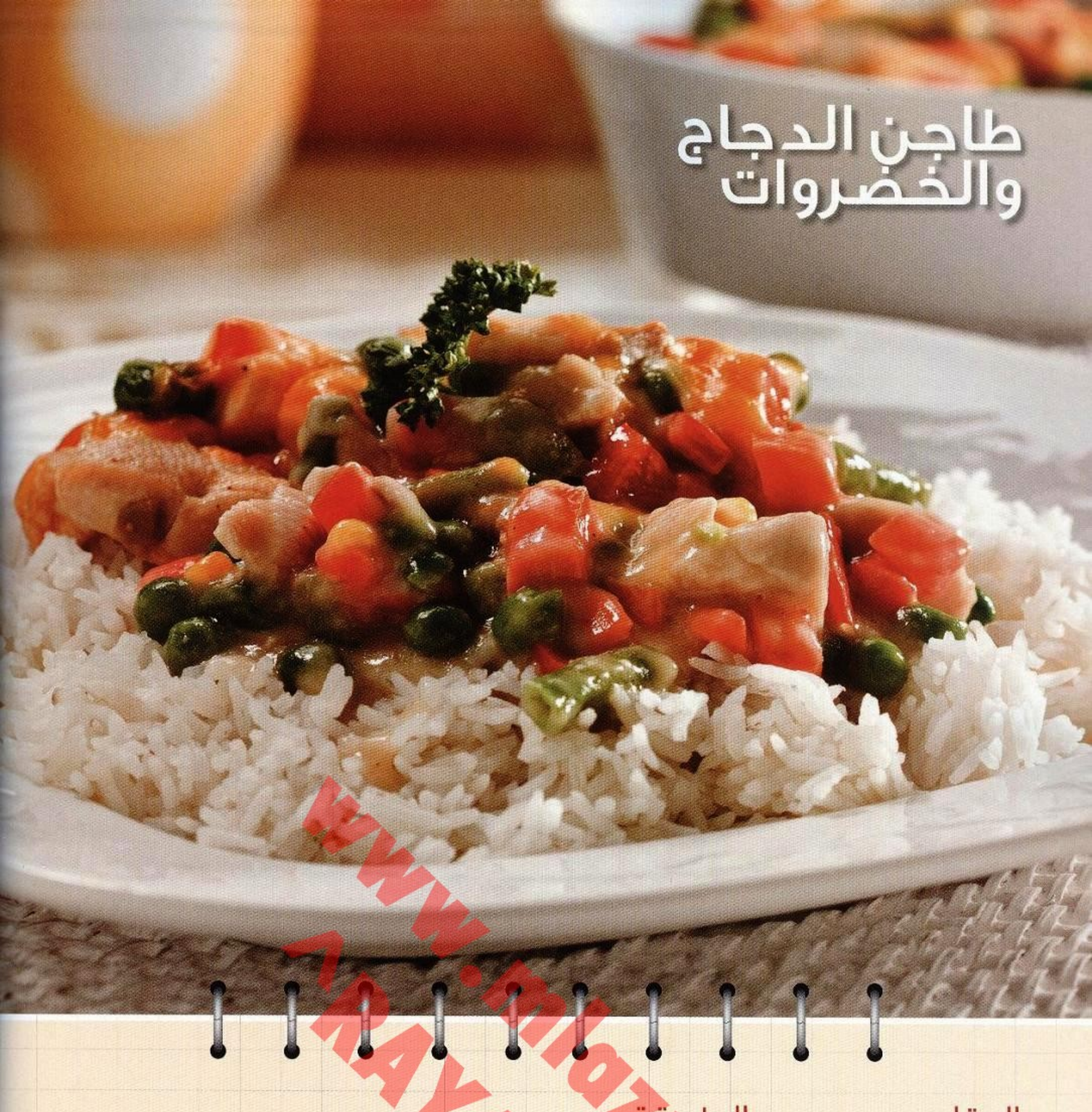
المقادير

2 ملعقة كبيرة من الزبد غير المملح
2 كوب من الكراث المقطع (الأجزاء البيضاء والخضراء الفاتحة)
1 كوب من البصل الأصفر المقطع
4 أكواب من مرق الدجاج
5 أكواب من البازلاء الخضراء المجمدة
2 ملعقة صغيرة من النعناع المجفف
2 ملعقة صغيرة من الملح الخشن
½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون حديثًا
½ كوب من كريمة الطهي
½ كوب من أوراق الثوم المعمر الطازجة المقطعة
كروتون (مكعبات الخبز المحمصة) بالثوم للتقديم

الطريقة

1. يسخن الزبد في قدر كبيرة الحجم، ويضاف إليه الكراث والبصل ويطهيا على نار بين منخفضة ومتوسطة الحرارة لمدة من 5 إلى 10 دقائق إلى أن يطرى البصل.
2. يضاف مرق الدجاج وترفع درجة الحرارة إلى عالية ويغلى الخليط، ثم تضاف البازلاء وتطهى لمدة 3 دقائق إلى أن تطرى، ثم يرفع الخليط عن النار ويضاف النعناع بعد فركه بين الأصابع والملح والفلفل.
3. تهرس الشوربة على دفعات، حيث يوضع 1 كوب منها في الخلاط ويوضع الغطاء وتهرس على السرعة المنخفضة، وأثناء تشغيل الخلاط تفتح فتحة الغطاء ويضاف المزيد من الشوربة إلى أن يمتلئ الخلاط حتى ثلاثة أرباعه، وبعدها تصب الشوربة المهروسة في وعاء كبير الحجم وتكرر الخطوة ذاتها مع بقيتها إلى أن تهرس كلها.
4. تضاف كريمة الطهي وتقلب ومعها أوراق الثوم المعمر، ويتم التأكد من درجة التتبيل.
5. تقدم الشوربة ساخنة من كروتون الثوم.

طاجن الدجاج والخضروات

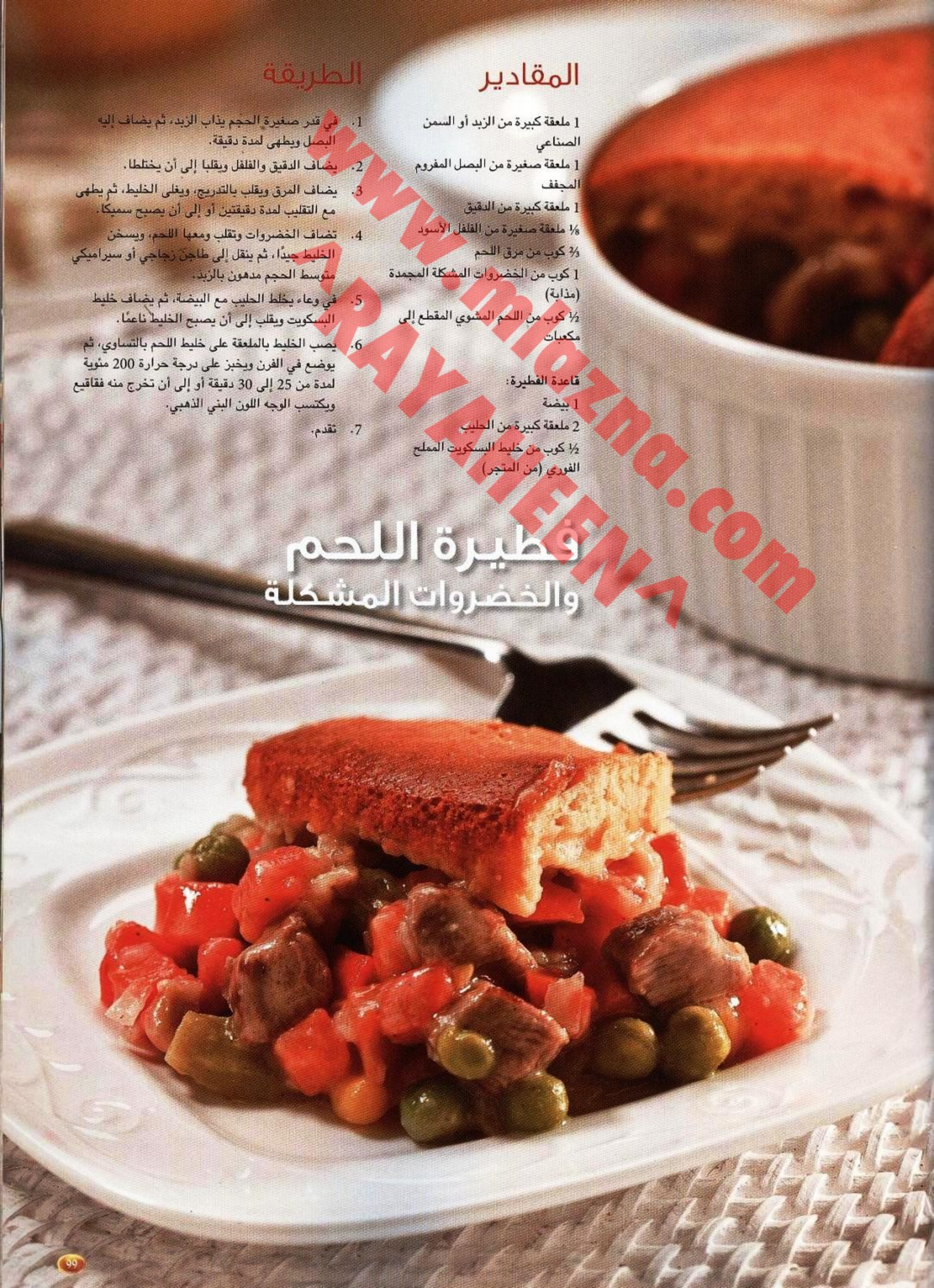


المقادير

- 1 عبوة من شوربة كريمة الفطر المكثفة
- ⅓ كوب من الحليب
- 1 عبوة (وزن 500 جم) من الخضروات المشكلة المجمدة (مذابة)
- 1½ كوب من الدجاج المطبوخ المقطع إلى مكعبات
- 1½ كوب من جبن الشيدر المبشور
- 1 فليفلة رومي حمراء صغيرة الحجم (مقطعة إلى مكعبات)
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق
- أرز مطبوخ ساخن للتقديم

الطريقة

1. في وعاء تخلط الشوربة مع الحليب، ثم تضاف الخضروات والدجاج و1¼ كوب من جبن الشيدر والفلفل الرومي والملح والفلفل الأسود.
2. يوضع الخليط في صينية خبز متوسطة الحجم مدهونة بالزيت، وتغطى الصينية بورق الألومونيوم وتخبز محتوياتها في الفرن على درجة حرارة 180 مئوية لمدة 40 دقيقة.
3. يرفع ورق الألومونيوم ويوضع بقية جبن الشيدر على الوجه، ثم تخبز الصينية مرة أخرى لمدة من 5 إلى 10 دقائق إضافية إلى أن تخرج منها فقاقيع، ثم تترك كي تستقر لمدة 5 دقائق.
4. يقدم خليط الدجاج والخضروات على الأرز المطبوخ الساخن.



فطيرة اللحم والخضروات المشكلة

المقادير

- 1 ملعقة كبيرة من الزبد أو السمن الصناعي
- 1 ملعقة صغيرة من البصل المفروم المجفف
- 1 ملعقة كبيرة من الدقيق
- ⅛ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- ⅔ كوب من مرق اللحم
- 1 كوب من الخضروات المشكلة المجمدة (مذابة)
- ½ كوب من اللحم المشوي المقطع إلى مكعبات

قاعدة الفطيرة:

- 1 بيضة
- 2 ملعقة كبيرة من الحليب
- ½ كوب من خليط البسكويت المملح الفوري (من المتجر)

الطريقة

1. في قدر صغيرة الحجم يذاب الزبد، ثم يضاف إليه البصل ويطهى لمدة دقيقة.
2. يضاف الدقيق والفلفل ويقلبا إلى أن يختلطا.
3. يضاف المرق ويقلب بالتدريج، ويغلى الخليط، ثم يطهى مع التقليب لمدة دقيقتين أو إلى أن يصبح سميكا.
4. تضاف الخضروات وتقلب ومعها اللحم، ويسخن الخليط جيدًا، ثم ينقل إلى طاجن زجاجي أو سيراميكي متوسط الحجم مدهون بالزبد.
5. في وعاء يخلط الحليب مع البيضة، ثم يضاف خليط البسكويت ويقلب إلى أن يصبح الخليط ناعمًا.
6. يصب الخليط بالملعقة على خليط اللحم بالتساوي، ثم يوضع في الفرن ويخبز على درجة حرارة 200 مئوية لمدة من 25 إلى 30 دقيقة أو إلى أن تخرج منه فقاقيع ويكتسب الوجه اللون البني الذهبي.
7. تقدم.

البامية المخبوزة بالجبن



المقادير

2 عبوة صغيرة من البامية الكاملة المجمدة (مذابة جزئيًا)

ملح وفلفل أسود حسب الذوق

1½ ملعقة صغيرة من الزبد

8 شرائح من السالامي (مقطع إلى قطع بعرض 2 بوصة)

1½ كوب من جبن الشيدر المبشور

الطريقة

1. توضع البامية في طبقة واحدة في صينية خبز مدهونة بالزيت، وترش بالملح والفلفل وتوضع عليها قطع صغيرة من الزبد.
2. يرص السالامي فوق البامية، ثم تغطى الصينية بورق الألومونيوم بإحكام.
3. تخبز البامية في الفرن على درجة حرارة 190 مئوية لمدة ساعة واحدة، ثم يرفع ورق الألومونيوم وتوضع الصينية تحت مشواة الفرن إلى أن يكتسب السالامي اللون البني.
4. يرش جبن الشيدر على الوجه، ثم تغطى الصينية بورق الألومونيوم مرة أخرى وتخبز لمدة 10 دقائق.



مخبوز السبانخ والأرضي شوكي

المقادير

2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون (يحتفظ ببعضه لدهن صينية الخبز)

1 بصلة مقطعة

4 فصوص مقطعة من الثوم

½1 كوب من مرق الخضروات

1 ملعقة كبيرة من إكليل الجبل الطازج المقطع

1 عبوة صغيرة من الأرضي شوكي المجمد (مذاب ومقطع)

1 عبوة صغيرة من السبانخ المقطعة (مذابة ومصفاة ومعصورة)

1 كوب من صلصة الطماطم

2 كوب من الأرز المطبوخ

½1 كوب من جبن الموتزاريلا المبشور

½ كوب من جبن الفيتا المفتت

الطريقة

1. يسخن الفرن إلى درجة حرارة 175 مئوية، وتدهن صينية خبز متوسطة الحجم بزيت الزيتون.
2. في قدر ساخنة بها زيت الزيتون يشوح البصل والثوم لمدة 3 دقائق، أو إلى أن يطرى البصل قليلاً.
3. يضاف المرق ويقلب ومعه إكليل الجبل ويغلى الخليط، ثم تضاف قلوب الأرضي شوكي والسبانخ، وتخفض درجة الحرارة وتغطى القدر ويترك الخليط كي ينضج لمدة 5 دقائق، ثم يضاف صوص الطماطم ويقلب، ويرفع الخليط عن النار.
4. يوضع الأرز في صينية الخبز ويسوى ويرش عليه نصف مقدار جبن الموتزاريلا، وبعدها يصب خليط السبانخ والأرضي شوكي عليه ويفرد بالتساوي في الصينية، ثم يرش بقية جبن الموتزاريلا وبقية جبن الفيتا على الوجه.
5. يخبز الخليط مغطى بورق الألومونيوم لمدة 40 دقيقة، ثم يرفع ورق الألومونيوم ويخبز الخليط لمدة 15 دقيقة إضافية أو إلى أن يسخن وتخرج منه فقاقيع، ثم يترك كي يستقر لمدة 10 دقائق قبل التقطيع.



الدجاج المشوح
مع الفول

المقادير

2 كوب من شرائح صدور الدجاج
1 كوب من الفول المجمد (مقشر)
1 ملعقة كبيرة من الزبد
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
2 فص مفروم من الثوم (حسب الذوق)
ملح وفلفل أسود مطحون حسب الذوق
جبن بارميزان مبشور للتزيين
بقدونس مقطع للتزيين
200 جم من المعكرونة المطبوخة للتقديم (حسب النوع المفضل)

الطريقة

1. في مقلاة على نار متوسطة الحرارة يذاب الزبد، ثم يضاف الثوم ويشوح لمدة دقيقة واحدة.
2. يضاف الدجاج ويشوح إلى أن يقترب من النضوج.
3. يضاف الفول المقشر ويشوح لمدة من 5 إلى 7 دقائق، أو إلى أن ينضج حسب الرغبة.
4. يضاف زيت الزيتون ويتبل الخليط حسب الذوق بالملح والفلفل الأسود المطحون، ثم يرفع عن النار.
5. يقدم مع المعكرونة المطبوخة ويزين بجبن البارميزان المبشور والبقدونس المقطع.

يخنة اللحم والبطاطس والبامية

المقادير

1 كجم من اللحم البقري المخلي من العظام (مقطع إلى مكعبات 1½ بوصة)
2 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 كوب من البصل المقطع
3 فصوص مفرومة من الثوم
2 كوب من الماء
2 كوب من عصير الطماطم
1 علبة من الطماطم المقطعة إلى مكعبات
7 حبات من البطاطس الحمراء متوسطة الحجم (مقشرة ومقطعة إلى قطع بحجم 1 بوصة)
1 ملعقة كبيرة من الكزبرة الطازجة المقطعة
2 ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف
1½ ملعقة صغيرة من بذور الشمر
2 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
1 ملعقة صغيرة من الملح
¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
1 علبة من الفاصوليا الحمراء (مصفاة)
1 عبوة (وزن 400 جم) من البامية المجمدة

الطريقة

1. في كسرولة كبيرة الحجم يحمر اللحم في الزيت على نار متوسطة الحرارة من جميع الجوانب.
2. يضاف البصل والثوم ويشوحا لمدة 5 دقائق تقريبًا، ثم يصفى الخليط من الزيت.
3. يضاف الماء والطماطم وعصيرها والبطاطس والتوابل والأعشاب ويغلى الخليط، ثم تخفض درجة الحرارة ويوضع الغطاء ويترك الخليط كي ينضج لمدة من 45 دقيقة إلى ساعة.
4. تضاف الفاصوليا الحمراء والبامية وتطهيا لمدة 30 دقيقة أو إلى أن يطرى اللحم والخضروات.



المقادير

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

½ كجم من اللحم المفروم

1 بصلة مقطعة إلى مكعبات

2 كوب من مرق اللحم

1 عبوة (وزن 400 جم) من شرائح الفاصوليا الخضراء المجمدة

½ ملعقة صغيرة من البهار الحلو

½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون

ملح حسب الذوق

1 كوب من الطماطم المعلبة (مقطعة)

1½ كوب من صلصة الطماطم

أرز مطبوخ للتقديم

الطريقة

1. يسخن الزيت في مقلاة على نار متوسطة الحرارة، ويحمر فيه اللحم لمدة 10 دقائق.
2. يضاف البصل ومرق اللحم وتغطى المقلاة وتخفض درجة الحرارة ويترك الخليط كي ينضج لمدة 15 دقيقة مع التقليب من آن إلى آخر.
3. يضاف البهار الحلو والفلفل الأسود والملح إلى الخليط، ويستمر في الطهي مع وضع الغطاء لمدة 10 دقائق أخرى.
4. تضاف الطماطم وصلصة الطماطم والفاصوليا الخضراء، ويستمر في الطهي مع وضع الغطاء لمدة 10 دقائق أو إلى أن تنضج الفاصوليا جيدًا.
5. يرفع الخليط عن النار ويقدم مع الأرز.

المقادير

3 ملاعق كبيرة من الزبد
1 بصلة متوسطة الحجم مقطعة
1 كوب من البروكولي المقطع المجمد
2 ملعقة كبيرة من الحليب الطازج
1 كوب من شوربة كريمة الدجاج المكثفة (معبأة)
½ كوب من جبن الشيدر المبشور
2 كوب من الأرز الأبيض المطبوخ

الطريقة

1. يسخن الزبد في مقلاة على نار متوسطة الحرارة، ويضاف إليه البصل ويطهى مع التقليب من حين إلى آخر إلى أن يطرى قليلاً.
2. يضاف البروكولي إلى المقلاة ويطهى لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق مع التقليب من حين إلى آخر.
3. يضاف الحليب والشوربة والجبن والأرز، ويطهى الخليط مع التقليب إلى أن يذوب الجبن، وبعدها يصب الخليط في صينية خبز مسطحة صغيرة الحجم.
4. يخبز الخليط في الفرن على درجة حرارة 190 مئوية لمدة 30 دقيقة، أو إلى أن يسخن الخليط وتخرج منه فقاقيع.



البروكولي والأرز المخبوز

مثلثات السبانخ

المقادير

1 عبوة صغيرة من السبانخ المقطعة المجمدة

½ كوب من البصل المقطع ناعمًا

1 فص مفروم من الثوم

1½ كوب من جبن الفيتا المفتت تفتيتًا ناعمًا

½ ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف (مسحوق)

24 فرخًا من عجين الجولاش المجمد (مستطيلات مساحتها 9 x14 بوصة، مذاب)

½ كوب من الزبد المذاب

الطريقة

1. لإعداد الحشو، تطهى السبانخ مع البصل والثوم طبقًا للتعليمات المبينة على عبوة السبانخ، ثم يصفى الخليط جيدًا في مصفاة، ويضغط عليه بملعقة للتخلص من أي سائل زائد.
2. يخلط خليط السبانخ مع جبن الفيتا والزعتر.
3. يوضع فرخ من الجولاش على لوح تقطيع أو أي سطح عمل آخر، ويدهن بالقليل من الزبد المذاب، ثم يوضع فرخ آخر على الزبد ويدهن بدوره بالزبد، ويراعى تغطية بقية الجولاش بغلاف بلاستيكي إلى أن يستخدم.
4. يقطع الجولاش بالطول إلى 3 شرائط متساوية في الحجم، كل منها طوله 14 بوصة، ثم يوضع ملء ملعقة صغيرة مستديرة من الحشو على بعد 1 بوصة من طرف كل شريط من عجين الجولاش.
5. لطي العجين على شكل مثلث، يطوى أحد الأطراف فوق الحشو بحيث يتوازى الطرف القصير مع الحافة الجانبية، ويستمر في طي الشكل المثلث بطول الشريط إلى أن يبلغ النهاية، وتكرر العملية ذاتها مع بقية الجولاش والزبد والحشو.
6. توضع المثلثات في صينية خبز وتدهن بالزبد، ثم تخبز في الفرن على درجة حرارة 375 فهرنهايت لمدة 15 دقيقة تقريبًا، أو إلى أن تكتسب اللون الذهبي.
7. تقدم دافئة.





الأوزان والمعايير

نعلم أن كثيرين منكم يفضلون استخدام الأوزان والمعايير الإمبراطورية أو الأمريكية في طهي وصفاتكم، لذا يمكنكم استخدام جداول التحويل الخاصة بنا لترجمة مقادير الوصفات من النظام المتري.

الوزن

10 جم	¼ أوقية
15 جم	½ أوقية
25 جم	1 أوقية
50 جم	1¾ أوقية
75 جم	2¾ أوقية
100 جم	3½ أوقية
150 جم	5½ أوقية
175 جم	6 أوقية
200 جم	7 أوقية
225 جم	8 أوقية
250 جم	9 أوقية
275 جم	9¾ أوقية
300 جم	10½ أوقية
350 جم	12 أوقية
375 جم	13 أوقية
400 جم	14 أوقية
425 جم	15 أوقية
500 جم	1 رطل و1 أوقية
700 جم	1 رطل و6 أوقية
750 جم	1 رطل و7 أوقية
1 كجم	2 رطل و2 أوقية
1¼ كجم	2 رطل و8 أوقية
1½ كجم	3 رطل و3 أوقية
2 كجم	4 رطل و4 أوقية
2¼ كجم	5 رطل
2½ كجم	5 رطل و5 أوقية
3 كجم	6 رطل و6 أوقية
3¼ كجم	7 رطل و2 أوقية
3½ كجم	7 رطل و7 أوقية

المعيار

3 مم	⅛ بوصة
5 مم	¼ بوصة
1 سم	½ بوصة
2 سم	¾ بوصة
2½ سم	1 بوصة
3 سم	1¼ بوصة
4 سم	1½ بوصة
5 سم	2 بوصة
6 سم	2½ بوصة
7 سم	2¾ بوصة
8 سم	3¼ بوصة
9 سم	3½ بوصة
10 سم	4 بوصة
12 سم	4½ بوصة
15 سم	6 بوصة
17 سم	6½ بوصة
18 سم	7 بوصة
20 سم	8 بوصة
23 سم	9 بوصة
24 سم	9½ بوصة
25 سم	10 بوصة
30 سم	12 بوصة
35 سم	13½ بوصة
40 سم	15½ بوصة

التحويل إلى القياس الأمريكي

الصلب:

1 كوب 230 جم 8 أوقية

السائل:

1 كوب 235 ملل 8 أوقية سائلة

المقدار

1¼ ملل	¼ ملعقة صغيرة	
2½ ملل	½ ملعقة صغيرة	
5 ملل	1 ملعقة صغيرة	
15 ملل	1 ملعقة كبيرة	
30 ملل	1 أوقية سائلة	
50 ملل	2 أوقية سائلة	
100 ملل	3½ أوقية سائلة	
150 ملل	5 أوقية سائلة	¼ باينت
200 ملل	7 أوقية سائلة	⅓ باينت
300 ملل	10 أوقية سائلة	½ باينت
500 ملل	18 أوقية سائلة	
600 ملل	20 أوقية سائلة	1 باينت
700 ملل		1¼ باينت
850 ملل		1½ باينت
1 لتر		1¾ باينت
1½ لتر		2 باينت

درجة حرارة الفرن

منوية	فهرنهايت	الغاز	الوصف
110	225	¼	باردة
130	250	½	باردة
140	275	1	منخفضة للغاية
150	300	2	منخفضة للغاية
170	325	3	منخفضة
180	350	4	معتدلة
190	375	5	معتدلة/ساخنة
200	400	6	ساخنة
220	425	7	ساخنة
230	455	8	ساخنة للغاية

بالنسبة للأفران التي تحتوي على مراوح تخفض درجة الحرارة نحو 20 درجة منوية



طريقة إعداد الآيس كريم
والآيس كريم المقلي

طريقة إعداد الآيس كريم بنكهة الفانيليا



1 وعاء من مكعبات الثلج 2 1 ملعقة صغيرة من الفانيليا 3 1 كيس كبير الحجم لتخزين الطعام (قابل لإعادة الفتح والغلق)

4 1 كيس صغير الحجم لتخزين الطعام (قابل لإعادة الفتح والغلق) 5 4 ملاعق كبيرة من السكر الأبيض 6 8 ملاعق كبيرة من الملح 7 2 كوب من الحليب الطازج



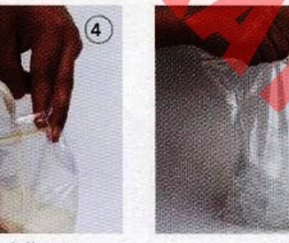
1 يملأ الكيس الكبير إلى منتصفه بالثلج



2 ويضاف إليه الملح



3 يغلق الكيس





4 يوضع الحليب في الكيس الصغير



5 تضاف نكهة الفانيليا

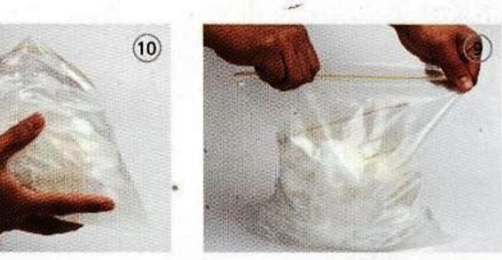
6 والسكر





7 ويغلق الكيس

8 يوضع الكيس الصغير داخل الكيس الكبير بالثلج والملح



9 ويغلق الكيس الكبير مرة أخرى بإحكام

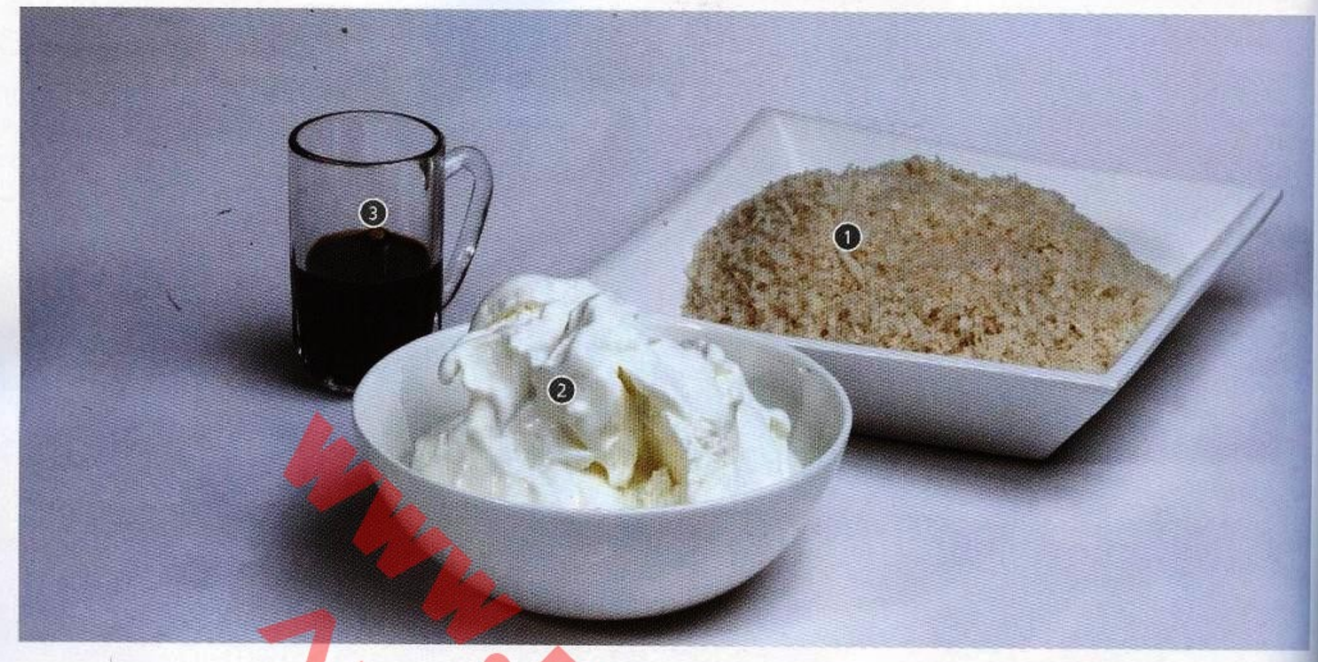


10 يرج الكيس إلى أن يتحول الخليط إلى آيس كريم، وتستغرق هذه الخطوة حوالي 5 دقائق



11 يمسح أعلى الكيس الأصغر، ثم يفتح بحرص لإخراج الآيس كريم الجاهز للأكل

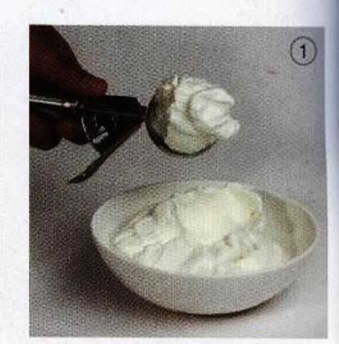
الآيس كريم المقلي



1 2 كوب من البقسماط (في طبق) 2 آيس كريم بنكهة الفانيليا (جامد تمامًا) 3 شراب شوكولاتة للرش



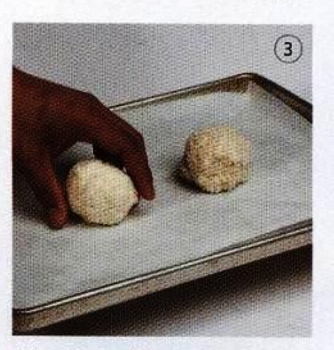
الأدوات المستخدمة:
مغرفة آيس كريم، صينية خبز (موضوعة في المجمد لمدة ساعتين)، 1 مقصوصة، 2 لتر من الزيت النباتي للقلي، 1 مقلاة، طبق مفرود به مناشف ورقية



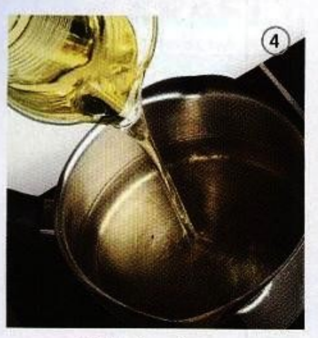
1 تستخدم مغرفة الآيس كريم لعمل كرات متساوية الحجم من الآيس كريم



2 تدحرج كرات الآيس كريم في طبق البقسماط إلى أن يغطيها تمامًا



3 توضع كرات الآيس كريم المغطاة بالبقسماط في صينية الخبز المبردة، وتوضع في المجمد لمدة ساعتين

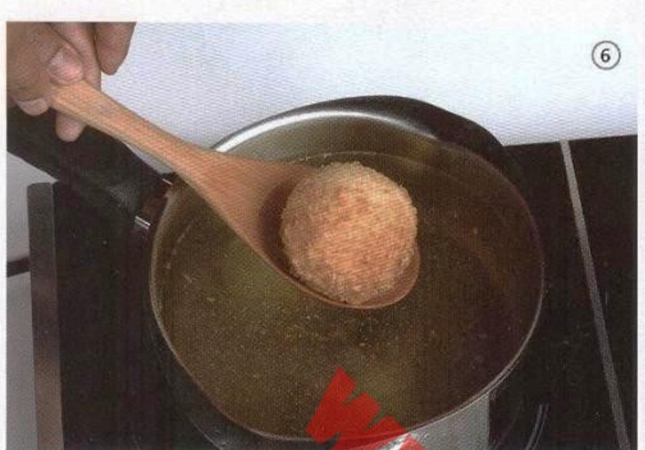


4 يسخن الزيت في المقلاة

الآيس كريم المقلي



تقلى كرات الآيس كريم في الزيت لمدة 60 ثانية، وهذه مدة زمنية تكفي لأن يتحمر الغلاف وفي الوقت ذاته لا يذوب الآيس كريم



يرفع الآيس كريم المقلي من الزيت باستخدام المقصوصة



ويترك كي يصفى من الزيت على الطبق المفرود به المناشف الورقية



يوضع الآيس كريم المقلي في طبق تقديم ويرش عليه شراب الشوكولاتة.
يزين بالكريمة المخفوقة، حسب الرغبة